

Kostråd og **kød**: Madpyramiden vildleder om **kød**

5. marts 2010, Information, Sektion 1 (1. sektion), Side 1 (indland), Maria SkovFortsat fra forsiden..., 931 ord, Id: e1e9099d

'En simpel illustration af de otte officielle kostråd'. Sådan betegner FDB deres madpyramide, som bliver brugt til undervisning i sund kost på landets folkeskoler. Men Madpyramiden stemmer ikke overens med de officielle kostråd, som ikke anbefaler, at man **spiser kød**.



Madpyramiden er fast inventar på skoler, hos læger og på danskernes køleskabe landet over. Og det har den været i rigtig mange år. Fællesforeningen for Danmarks Brugsforeninger, FDB, lancerede deres første madpyramide i 1976, og den er siden blevet brugt til undervisning og oplysning af danskerne.

Eksempelvis kører FDB's oplysningsprojekt, Skolekontakten, i øjeblikket et projekt, som de kalder 'Mad eller hvad?', hvor hjemkundskabslærere kan tilmelde sig og gå ned i den lokale Brugsen og få en gratis 'smagekasse' med tilhørende opskrifter til undervisning.

1.040 skoler er tilmeldte, hvilket betyder, at cirka hver anden skole i Danmark bliver undervist i en kostpyramide, hvor der er fokus på bøffer og kyllingelår, selv om det eneste, der står om **kød**, i de otte officielle kostråd, er, at det gælder om at spare på fedtet.

På FDB's hjemmeside står der: »Madpyramiden er en simpel illustration af de officielle otte kostråd«, men Madpyramiden har aldrig været en officiel fortolkning af kostrådene.

Det siger Agnes Pedersen, der er seniorrådgiver på DTU Fødevareinstituttet, som er med til at udarbejde de otte kostråd:

»Madpyramiden er FDB's egen fortolkning af kostrådene. Og hvor let den er at aflæse, det står for FDB's egen regning,« siger hun.

Behovet for proteiner

I FDB's madpyramide, er **kød** repræsenteret i det øverste felt; det man skal spise mindst af, men som er en god kilde til blandt andet protein, skriver FDB. Men vi har slet ikke behov for **kød** for at få proteiner nok, fortæller Agnes Pedersen:

»Proteiner får vi i stort set alt, hvad vi **spiser**, så det er normalt ikke et problem«.

Kød er ifølge seniorrådgiveren vigtigt i forhold til jernstatus hos kvinder i den fødedygtige alder. Det skyldes, at kroppen har lettest ved at optage det jern, der findes i **kød**, men det kan også optages fra andre fødevarer. »Vegetarer kan sagtens leve et helt almindeligt sundt liv uden **kød**, og **kød** er derfor ikke uundværligt,« siger hun.

Da Information spørger FDB's sundhedschef Ida Husby om, hvorfor **kød** er en del af madpyramiden, svarer hun, at det er fordi, at det står i de otte kostråd. Men det gør det, som tidligere nævnt, ikke.

Efter at have fundet de otte kostråd frem, erkender Ida Husby, at der ikke er **kød** på listen:

»Der står faktisk ikke noget om **kød**. Det var dog interessant,« siger hun og fortsætter: »Men vi **spiser** meget **kød**, og vi tager også udgangspunkt i den mad folk **spiser** - og anbefalinger der inkluderer et indtag af **kød** på cirka 100 g. om dagen. Madpyramiden er en helkostmodel, der illustrerer, hvad en sund kost indeholder«.

På FDB's hjemmeside om Madpyramiden står der dog ikke noget om, at det anbefales at man **spiser** 100 g. **kød** om dagen. På Fødevarestyrelsens hjemmeside står der til gengæld: »Der er ikke nogen anbefaling for, hvor meget **kød** vi skal spise«.

På Fødevarestyrelsens hjemmeside står der også, at hvis man i øvrigt **spiser** efter de andre kostråd (600 gram frugt og grønt, korn- og mælkeprodukter og fisk), »anses 100 gram **kød** om dagen for et passende indtag«. **Kødet** skal fortrinsvis være af de magre typer«.

Spørgsmålet der står tilbage er, hvor let den fedt-marmorerede oksesteak i Madpyramiden er at aflæse. Endvidere bygger FDB's madpyramide altså ikke kun på anbefalinger og de otte officielle kostråd, men også på forbrugernes vaner.

Sundhedschefen i FDB afviser, at madpyramiden bygger på økonomiske interesser, på trods af at FDB er en dansk forbrugerejet organisation, der blandt andet ejer Danmarks største detailhandelsvirksomhed, Coop Danmark A/S.

»Det vurderer jeg slet ikke, at den er,« siger hun og fortæller, at madpyramiden i øvrigt snart skal tages op til revurdering.

»I den nærmeste fremtid har vi planlagt at få et ekspertpanel til at udvikle madpyramiden med et klimaperspektiv,« fortæller hun.

Hvor det efterlader **kødet**, efter det er blevet kendt, at kødproduktion er en af de helt store klimasyndere - det danske forbrug af **kød** på omkring 120 kilo per indbygger medfører et udslip af drivhusgasser, der svarer til mere end et ton CO2 om året - det vil vise sig.

Revideret pyramide

FDB er tidligere blevet kritiseret for, at Madpyramiden ikke handler om, hvad der er sundest for befolkningen. Og i februar 2008 anerkendte FDB, at den traditionelle Madpyramide ikke - modsat det Ida Husby siger i dag - var opbygget med sundhed for øje:

»Da man lavede Madpyramiden, handlede det om at få sat en model op, som ikke nødvendigvis var det allersundeste, men det som folk havde råd til. Og man tog også hensyn til, hvad folk spiste i forvejen,« sagde konsulent i FDB Brian Skov Sundstrup dengang til Nyhedsavisen. En måned senere, i marts 2008, lancerede FDB en lettere revideret udgave af Madpyramiden, hvor frugt og grønt fyldte mere - dog stadig med teksten: 'Madpyramiden viser, hvordan du skal spise - mest fra bunden og mindst fra toppen'. Og denne Madpyramide, mener Ida Husby, fremstiller, hvordan man lever sundt i »en dansk kultur«.

»I andre kulturer vil det se anderledes ud, og der vil man have en masse andre råvarer og muligheder end vi har i Danmark,« siger hun: »Men i Danmark er det, som Madpyramiden består af, en sund kost«.

mask@information.dk

mask@information.dk

Fakta: De otte kostråd

- **Spis** frugt og grønt – 6 om dagen
- **Spis** fisk og fiskepålæg – flere gange om ugen
- **Spis** kartofler, ris eller pasta og groft brød – hver dag
- Spar på sukker – især fra sodavand, slik og kager
- Spar på fedtet – især fra mejeriprodukter og **kød**
- **Spis** varieret – og bevar normalvægten
- Sluk tørsten i vand
- Vær fysisk aktiv – mindst 30 minutter om dagen

KILDE: FØDEVARESTYRELSEN

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Kød: Velbekomme, en god portion fortrængning

5. marts 2010, Information, Sektion 1 (1. sektion), Side 12 (indland), Maria Skov..., 1267 ord, Id: e1e9098d

Danmark er et landbrugsland, og vi **spiser kød**. Meget **kød**. I det ligger der dog et grundlæggende dilemma, som samtidig kendetegner vores samfund: Vakuumpakket hakkekød er blot endnu et produkt, hvis historie vi fortrænger.



Mennesker **spiser** dyr; antibiotikapumpede, overmedicinerede dyr, indsmurt i afføring, der står til rådighed på rækker. Men nu er amerikanerne - i hvert fald nogle af dem - blevet rigtig gale på den enorme kødindustri. Og der udkommer i øjeblikket en god portion bøger og dokumentarer om emnet, heriblandt Jonathan Safran Foers bog om 'At Spise Dyr', og den oscar-nominerede dokumentarfilm Food.inc. De handler ikke kun om dyrevelfærd, det handler også vores egen sundhed og konsekvenserne ved at spise dyr fra samleband. Vi torturerer vores egne kroppe, når vi **spiser** torturerede dyr, skriver Safran Foer oprørt.

Det grundlæggende dilemma i at spise **kød** er centralt i et landbrugsland som Danmark - som også er et af verdens mest kødspisende lande.

Jan Tind Sørensen er forskningsleder ved Institut for Husdyrbiologi og sundhed på Aarhus Universitet. Han forsker i vurdering af dyrevelfærd i husdyrbesætninger, og han oplever ofte, hvordan økonomiske interesser og dyrevelfærd kolliderer.

Et eksempel på dette er, at stort set alle grise i Danmark halekuperes. Det er som udgangspunkt ulovligt, men har en landmand et system, der nødvendiggør halekupering, kan der gøres en undtagelse - det har for nyligt været fremme i de danske medier, at 98,5 procent af alle grise halekuperes.

Søer med skuldersår er et andet eksempel:

»Vi har lavet en undersøgelse, der viser, at hver sjette so har skuldersår. Det er et stort tal, og det kan der ikke umiddelbart gøres noget ved, fordi det vil have enorme omkostninger for soproducenten,« siger Tind Sørensen, og fortsætter: »Industrien ser dyrevelfærd som en del af en markedsføring, eller et image, og den er meget opmærksom på ekstra omkostninger, imens lovgivning om dyrevelfærd retter sig mod dyret,« siger han. Og det er altså to interesser, der kolliderer gang på gang.

Kollektiv fortrængning

Fra efter-krigstiden og frem til i dag er der sket en voldsom stigning i danskernes kødforbrug. Det fortæller Sisse Fagt, der er forsker på DTU Fødevareinstituttet.

»En stor del af grunden til, at vi **spiser** mere **kød**, er den generelle velstandsstigning. Vi har simpelthen fået råd til det. Og så er vi et landbrugssamfund, og derfor ligger det i vores kultur og madtraditioner, at vi **spiser** os mætte i animalske produkter«.

Men i takt med at vi hiver mere **kød** op af køledisken, bliver det ofte fremhævet, at vi distancerer os til de døde dyr, vi **spiser**. Og bliver vi konfronteret med grumme billeder, så bliver de hurtigt glemt - eller fortrængt - igen. Det skyldes, ifølge Svend Brinkmann, professor i psykologi ved Aalborg Universitet, at vi lever i et samfund, hvor vi konstant fortrænger, hvad det egentlig er, vi køber; om det så er buræg eller en billig bluse, der er lavet i den 3. verden.

»I forskerkredse taler man om en form for kollektiv fortrængning. Vores samfund bygger på, at utrolig meget af det, vi køber, stammer fra dyr og mennesker, der ikke har det ret godt. Og det er jo ikke så rart at gå og tænke over,« siger han og fortsætter:

»Man ved noget, som man ikke vil vide af, at man ved. Vi skubber det ubehagelige til side og vælger for eksempel at fokusere på prisen i stedet for dyrets liv«.

Den indre dialog

Når vi går rundt med kurven under armen nede i supermarkedet, fører mange af os en indre dialog. En stemme fortæller os, at grisen i køledisken måske ikke har haft det bedste liv, men den bliver overdøvet af en anden stemme, der siger »Neeej, sikken et godt tilbud!«.

»Det hænger sådan sammen, at vi ikke er spor konsistente som mennesker,« fortæller Brinkmann:

»Vi har ingen integritet, kunne man fristes til at sige«.

Peter Sandøe er formand for Det Dyreetiske råd i Danmark. Han deler mennesket op i to dele: Forbrugeren og Vælgeren.

»I vores funktion som Vælgere spiller dyrevelfærd en stor rolle, når vi afgiver vores stemme til et Folketingsvalg. Men som Forbruger spiller dyrevelfærd en meget mindre rolle. I supermarkedet tænker flertallet af forbrugere på praktiske ting som penge og deres børns krav,« siger han og påpeger, at mange ville ønske, at sager om dyrevelfærd bare kunne løses politisk, så vi ikke behøvede at tænke over det til hverdag.

»Men dyreværnsproblemer kan ikke løses politisk i Danmark eller EU, fordi vi i stigende grad importerer **kød** produceret uden for EU - hvor der groft sagt ikke findes spilleregler for dyrevelfærd,« siger han.

Forbilledet McDonalds

Det er altså op til Forbrugerne at tage nogle bevidste valg omkring, hvilken type kødproduktion de vil støtte, når de køber ind.

Og så er det naturligvis også op til detailhandelen, påpeger Sandøe og bruger burgerkæden McDonalds som eksempel:

»I USA har McDonalds, og nogle andre aktører på fødemarkedet taget dyrevelfærd til sig. McDonalds stiller nogle mindstekrav til produktionen, der på en række punkter svarer til EU's krav. Det gør de sandsynligvis, fordi der er så mange andre negative dagsordner forbundet med deres produkter, men ikke desto mindre nærmer de sig europæiske standarder«. Professor Svend Brinkmann mener, at prisen er det altafgørende, når det kommer til vores valg af **kød**.

»Fra et videnskabeligt synspunkt kan man sige helt nøgternt, at det vil være den mest effektive måde at ændre folks forbrugsvaner. Hvis altså ikke, at alle danskere skal besøge de store industrielle landbrug. Selv at føle det og lugte det, sanse det, kan give betydning på længere sigt, simpelthen fordi det kan give et grundlæggende chok,« forklarer han.

Kød ikke kæledyr

Peter Sandøe fra Dyreetisk Råd understreger, at vi i det mindste har nogle minimumskrav for dyrevelfærd herhjemme:

»Man kan altid diskutere, om de er gode nok - men sammenlignet med USA, behandler vi dyrene dramatisk bedre i Danmark og resten af EU,« siger han. Det betyder dog ikke, at de store danske landbrug får topkarakter:

»De fleste anerkender, at vi også har væsentlige dyreværnsproblemer i den hjemlige husdyrproduktion, men med den internationale priskonkurrence er det desværre begrænset, hvor hårde lokale krav, man kan indføre.«

Spørgsmålet er, om det overhovedet er muligt at forene dyrevelfærd med moderne teknologi og samlebandslogik? Det mener forskningsleder Jan Tind Sørensen. Han påpeger, at forbrugerne er nødt til at se i øjnene, at fødevareproduktion er noget andet end at holde kæledyr: »Hvis man vil spise **kød**, må man beslutte, hvordan det skal produceres. Og vigtigst af alt skal man være villig til at betale for et anderledes produkt, hvis det er det, man efterlyser.«

Øko-ko

Nye tal fra virksomheder og butikskæder viser, at forbrugere i stigende grad tyer til økologiske varer, og det gør en forskel i forhold til dyrevelfærd, siger Peter Sandøe fra dyreetisk råd:

»Det er forskelligt fra dyreart til dyreart, men køber du for eksempel økologisk mælk, er du garanteret, at produktionspresset har været mindre, og at køerne har adgang til at komme på græs i sommermånederne. Med æglæggende høner er der blandt andet den forskel, at øko-høns skal have adgang til at komme ud, og at de må ikke næbtrimmes. Den kedelige historie er så, at de økologiske høns ofte hakker hinanden i stumper med deres intakte næb. Det er blevet bedre over årene. Men økologi er ikke problemfrit.«

I USA er produceren af dokumentaren Food. Inc., Elise Pearlstein, forsigtig optimistisk. Hun fortæller Information, at hun ser tegn på en ny forbrugerbevægelse:

»Der er ny lovgivning på vej, flere køber ind på lokale markeder, og mange køber økologisk på trods af de hårde økonomiske tider. Som vi siger i filmen, så har forbrugerne en større magt, end de er klar over, når det gælder indflydelse på madindustrien. Vi stemmer alle tre gange om dagen, hver gang vi indtager et måltid, og det gør en forskel. Industrien kan ikke ignorere deres kunders ønsker.«

mask@information.dk

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Et opgør med menneskets forhold til naturen

14. maj 2010, Information, Sektion 1, Side 4, Trine Møller..., 1350 ord, Id: e202e33d

Kødspisning En amerikansk forfatter forsøger med sin bog at påvirke vores madvaner. Måden, han gør det på, er at tillægge dyrene 'følelser' som mennesker. Han er det seneste udtryk for en radikal bevægelse, som forsøger at sidestille dyret og mennesket, mener ekspert.

Ved hjælp af fakta om den amerikanske kødindustri, private historier og reportager prøver den amerikanske forfatter Jonathan Safran Foer i bestselleren Om at spise dyr at gøre os opmærksomme på de horrible forhold, som dyr lever under i kødindustrien.



2 sider

Dyr, der mishandles og dræbes, så vi kan spise dem.

Bogen tiltaler ved at frastøde, mener Ole Thyssen, professor og filosof ved Institut for Ledelse, Politik og Filosofi på CBS: »På samme måde, som vi godt ved, at der dræbes mennesker i Afghanistan, men alligevel ser det som en skandale, når en oberst fortæller, at det rent faktisk sker, så er der ting, som vi godt ved, med hensyn til dyrs forhold i kødindustrien, men ikke har lyst til at vide. Når vi får det serveret i koncentreret form, som man gør i Foers bog, så reagerer mange.« Herhjemme er Foer også blevet populær, siden hans bog udkom på dansk i januar.

Med et oplag på knap 6.000 bøger og et nyligt udsolgt arrangement på Den Sorte Diamant i København med 600 tilskuere - og en efterspørgsel så stor, at han kunne have holdt et til - er der interesse for at høre hans budskaber.

Flere læsere har endog lagt deres madvaner om efter at have læst bogen.

Foers mål er ikke at omvende os alle til at blive vegetarer (som ham selv), men blot at få os til at tænke, inden vi kaster os over det industriproducerede **kød**. En af måderne, han gør det på, er ved at lære os, at dyr også har 'følelser'.

Han stiller f. eks.

spørgsmålet om, hvad det er, der retfærdiggør, at vi **spiser** grise, men ikke vores eget kæledyr, hunden, selv om de har samme følelser. Den skildring er et udtryk for et underliggende skred i fortolkningen af, hvordan vi placerer os i forhold til andre levende væsener, forklarer Lotte Holm, professor og sociolog ved Det Biovidenskabelige Fakultet på Københavns Universitet.

»Det, der er kommet de senere år, er nogle mere radikale fortolkninger af forholdet mellem mennesket og naturen, hvor den traditionelle vestlige tankegang om, at mennesket står under Gud, men over naturen, er i opløsning.

Det har den været i mange år i kraft af bl. a. miljøbevægelser, feministiske bevægelser og andre. Men det, som jeg aldrig er stødt på før, er, de radikale fortolkninger af dyrerettigheder, hvor dyr ses som ligeværdige eksistenser med samme rettigheder som mennesker,« siger Lotte Holm.

Hun ser, at tankegangen har udviklet sig til en ny gren inden for vegetarismen. Traditionelt bliver man nemlig vegetar af sundhedsmæssige eller etiske årsager.

»Hvis du tænker på Peter Høegs bog Kvinden og Aben, så tilskriver han også dyrene nogle andre kvaliteter. Hele kritikken af det vestlige rationalistiske billede af naturen, hvor naturen er et reservoir, vi kan bruge, som det passer os, det er under beskydning.

Jeg tror, det her er en meget mere gennemgribende forandring af vores forhold til naturen, hvor det at spise **kød** er en del af det,« siger Lotte Holm.

Appel til vores følelser

Ole Thyssen mener, at det især er Foers fortælleteknik, der er medvirkende til den store opmærksomhed. F. eks.

bliver kyllingernes følelser og forhold inden en slagting beskrevet således: »Prøv at forestille dig, at du befinder dig i en elevator, der er så overfyldt, at du ikke kan bevæge dig. Efter et stykke tid mister de andre i elevatoren deres evne til at tænke på, hvad der bedst tjener den samlede gruppes interesser.

Nogle begynder at blive voldelige, andre går fra forstanden og bliver sindssyge. Nogle bliver kannibalistiske af mangel på føde. Der er ingen lindring at finde og ingen udfrielse fra dine lidelser. Dørene vil kun gå op én gang, nemlig når dit liv er forbi, og din sidste tur - til slagteriet - vil gå til et om muligt endnu værre sted.« At Foer vækker identifikation og følelser i os, har en afgørende betydning.

»Man kan sammenligne det med en indsamling. Her ved man godt, at hvis man skal have pengene op af folks lommer, er det en babysæl eller et negerbarn med store øjne og en flue i mundvigen, der skal vises. Det rummer bare en meget stærkere appel, end hvis man

læser om 10.000 kinesere, der er druknet i en flod,« siger Ole Thyssen og fortsætter: »Samtidig virker en appel til patos, altså vores følelsesdimension, meget mere motiverende, fordi det bevæger os. Kan man skabe medlidenhed omkring dyr, deres leveforhold og den måde, de bliver opbevaret og slagtet på, så har man fat i vores hjerterødder.

Kan man oven i købet forstærke det med, at det skader kroppen at spise **kød**, har man endnu stærkere fat. Kan man endelig påvise, at det heller ikke gavner miljøet at spise **kød**, så begynder det pludseligt at batte.« Alle tre kriterier opfylder Foer i sin bog.

Tendens eller trend

Lotte Holm vurderer, at Foers popularitet kan skyldes god timing. Klimadebatten har i den grad sat det at spise mindre **kød** på dagsordenen - og med en anden styrke end tidligere. Samtidig er der fra sundhedsfronten stærke kræfter, som argumenterer for at nedsætte kødforbruget gevaldigt. Det er for eksempel sket i den sidste store rapport fra de internationale cancerinstitutioner.

Lotte Holm mener derfor, at budskaberne om at fravælge **kød** er en nyere tendens.

»I vores undersøgelser kan vi se, at den måde, som **kød** indgår på i måltider, er i forandring. I den traditionelle danske madkultur var **kødet** i centrum. I mange af de nye hverdagsretter er **kød** derimod ikke centrum længere, men er blevet en ingrediens blandt andre. Så på samme måde, som vi skal have dåsetomater i lasagne, skal vi også have **kød** i. **Kødet** har dermed fået en anden status i dag,« siger Lotte Holm.

Hun vurderer, at flere personer inden for visse kredse af befolkningen vil vælge at blive vegetarer i fremtiden.

Som helhed tror hun dog ikke, at man vil kunne spore en nedgang i salget af **kød** fremover.

»Danmark udmærker sig ved at have et af verdens højeste kødforbrug, der stiger år for år. Så selv om der kan være kulturelle skred og mange, der vælger **kødet** fra, betyder dét, at det er billigt og nemt at få fat i, at mange køber mere.« Ole Thyssen ser vegetarismen og fravælgelsen af **kød** som en kortere trend i forbindelse med klimadebatten.

»Man har tit sagt, at først når vi er tvunget til at lægge vores liv om - når der f. eks.

kommer en katastrofe - vil der ske markante ryk i vores livsstil. Så længe det ikke er kommet så tæt ind på livet af os, at havene begynder at stige, har det en luksuskarakter på den måde, at vegetarisme er noget, man kan vælge, fordi det er sjovt, sexet og sødt,« siger Ole Thyssen og fortsætter: »Jeg tror, det handler om at få en ny og anderledes måde at leve på, hvor man måske oven i købet får det lille tilskud af identitet, som gør, at man

føler sig som noget særligt - man er ikke længere bare som alle andre, man er vegetar og den, der får først mad på flyveren.« Fødevarestyrelsen vurderer, at cirka én procent af befolkningen lever som vegetarer.

TRM@INFORMATION.DK

Jeg tror, det handler om at få en ny og anderledes måde at leve på, hvor man måske oven i købet får det lille tilskud af identitet, som gør, at man føler sig som noget særligt - man er ikke længere bare som alle andre, man er vegetar og den, der får først mad på flyveren Ole Thyssen, professor og filosof ".

Fakta: Blå bog: Jonathan Safran Foer

32-årige Jonathan Safran Foer er blandt USA's mest roste unge forfattere med de to succesromaner ' Alt bliver oplyst' og ' Ekstremt højt og utrolig tæt på'.

Det var hans kones første graviditet, der fik ham til at skrive bogen ' Om at spise dyr'. Han ville undersøge den skepsis, han altid havde haft over for **kød**, og finde ud af, hvordan **kødet** blev produceret, så han bedre kunne træffe beslutninger om, hvilken slags mad hans søn skulle spise.

' Om at spise dyr' er efter Jonathan Safran Foers eget udsagn det første og sidste stykke faglitteratur, han skriver.

- Andreas Liljenstrøm ændrede sine madvaner og har stort set ikke spist **kød**, efter at han læste bogen ' Om at spise dyr': ' Foer skriver, at det ikke er, fordi han skal holde sig selv tilbage, eller fordi det er moralsk forkasteligt, at han ikke **spiser kød**. Han væmmes bare ved at spise det, og det må jeg indrømme, at jeg også gør,' siger han. Siden mødet med bogen er det eneste **kød**, han har spist, én økologisk pølse. FOTO: KRISTINE KIILERICH

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

For **kødets** skyld. Det er bare en slagterbutik med servering. De kan kun én ting. Men den ting gør de forrygende godt

18. september 2010, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 19, KASPER FOGH HANSEN..., 1097 ord, Id: e2316f00

Beværtet | Gourmandiet.

I et afsnit af den bedste serie af madprogrammer, der er lavet, rejser det engelske Fat Duck-koryfæ Heston Blumenthal til Robert's Steakhouse i New York. Han var blevet fortalt, at det var verdens måske bedste steakhouse med korn-og majsodret oksekvæg i forskellige modninger. Not European at all, vores kvæg er opdrættet på græs. Der er et lille aber dabei. Roberts er også en striptklub, kendt som Penthouse Executive Club.



Blumenthal viser sin elskelige opslugelse af køkkenfaget, da han sammen med Roberts kok gennemgår fodringsfilosofi, stegning, dyrenes alder og de nuancer, der opstår i **kødet** ved forskellige lange lag -ringer - uden at kulissen af stangdansere på noget tidspunkt formår at trække hans blik væk fra bøfferne. Da The New York Times' i øvrigt ikke særligt levende madanmelder, Frank Bruni, skrev om stedet, endte det i en lille perle af et stykke madjournalistik, der mest af alt var en opsummering af befippede samtaler med strippere om strippereplikker, strippergear og ikke mindst strippernavne. Menukortet overbringes med følgespørgsmålet »Is there anyone I can get naked for?« Find Heston Blumenthals serie In search of Perfection på din foretrukne fildelingstjeneste, de fleste foodies har dem nok allerede. Men det er det mest nørdede besøg på en striptklub nogensinde.

DR har ærgerligt nok aldrig vist serien, sikkert fordi den handler om mad, og ikke amatørers genvordigheder. Det er åbenbart uforeneligt med den særlige plummerske public service, der giver dig AnneMad i stedet.

På krogen

Blumenthals program handler om det perfekte oksekød. **Kødet** skal hænges, modnes.

Mindst i to uger. Men det bør hænges meget længere. Enzymer nedbryder proteinerne i **kødets** muskelfibre og gør det mørt, og smagfuldt. Modning er en kontrolleret leg med forrådnelse. Det må ikke modnes i vacuumpakning, det gør **kødet** surt og vådt. Den eneste grund til, at supermarkeder bruger den metode, er for at sælge dig den væde, der ellers løber fra. På Robert's går de til ekstremerne med op til 18 ugers hængning, tilmed af kornfodret kvæg, som har mere fedt i højrebets **kød** - det bliver nok grænsende til harsk.

Helt derud kommer de ikke på Gourmandiet på Østerbro. Der lægger de som regel 8-10 uger oven i de par uger, deres jyske stude får lov at hænge på slagteriet. De kalve, der ellers ofte ombringes ved fødslen mange steder, opdrættes langsommeligt til slagtning som kødkvæg. Racen, Gourmandiet sælger, er en krydsning - hovedsageligt jersey. Efter hvad jeg hører, et fikst lille kreatur.

Tennismakker Joakim, livsstilsgeneral i 2100, havde betragtet det som en pinlighed, at jeg ikke var nede med hans lokale og prisvindende slagterforretning Gourmandiet.

Han tog mig med på besøg efter morgentennis.

Siden har jeg hentet charcuteri og fantastisk porchetta dernede, og hver gang flirtet med de lange højreb, der udstiller sine kurvede former og skamløst viser alt gennem kølerummets glasdøre.

En slagterbiks

Til anden seating tumlede vi ind og bestilte den bedste bøf, huset havde - og fik at vide, at de så ville sætte to cote de boeuf over - fede stykker af det brede højreb stegt på benet. Den slags tager sin tid. Det skal intervalsteges, hvile sig imellem mindst to ture i ovnen og derefter trække.

Så vi fik et morderligt fad med slagterforretningens vildsvinecharcuteri: vildsvinepølse med fennikel, en anden med hasselnødder og hudtynde skiver af vild svi ne -skinke. Slagter Peter Steen driver slagterforretningen, hvor hundrede år gamle friser fra en fortidig slagterbiks er charmerende blotlagt. Mange kender det charcuteri, han laver med partneren Aalbæk Specialiteter. Det meste, hvis ikke det hele, er økologisk i forretningen. Om Peter Steens charcuteri skal man vide, at han har sin egen genkendelige stil. Pølser laves med **kød**, der bliver let tørret, og han er gavmild med røg og salt. Den får faktisk en over nakken. Og han går efter at finde vildtsmagen frem som med hans vildsvineorgie.

Det er ikke, fordi han skal hældes i en nynordisk form, hvis han ikke selv vil, men charcuteriet er umiskendeligt skabt af en hyperboræer. Vi skulle nok have fundet lidt hvidvin til vildsvinetaflet, der tilmed kom med ristede salte mandler, oliven og cornichoner. I stedet fik vi dejlig øko-montalcinovin, Stella de Campalto (600 kr.).

Man må respektere stedet for, hvad det er - en slagterforretning, der steger noget af byens måske bedste **kød** torsdag, fredag og lørdag aften. Selv om du ikke **spiser** i en slagtehal, hvilket ellers ville være fedt, så er det ikke en rigtig restaurant. Du kan få stud i forskellige udskæringer fra højrebet.

Du kan få bearnaise eller rødvinssky til.

Sørg for at få begge dele, og dyrk et sundt blandingsmisbrug. That's the way to do it.

Du får sprød kartoffel og en skål med haricots verts, vendt i sesamfrø og mandler.

Skal du have andet, så find et andet sted - sådan er også charmen ved et sted, der bare gør én ting godt.

Lidt ønsker

Cote de boeuf'erne var et platonisk ideal -billede på **kød**. Den yderste halve millimeter var dødeligt sortbrun. Men gennem den 5-7 cm tykke bøf var **kødet** jævnt højrødt, perfekt kun over grænsen fra bleu.

Og mør på den måde, der ødelægger ethvert supermarkedskøb, du nogensinde har gjort. **Kød**, der hænger 10 uger, mister op imod en femtedel af sin vægt, det intensiverer smagen. Og når det får lov at hænge rigtigt længe - nogle gange må man så skære enderne på højrebet af, fordi de begynder at gå i forrådnelse - opstår smagsnuancer af blåskimmel eller valnødder i **kødet**. Efter en omgang af Gourmandiets højreb overvejer man, om man ikke burde hænge de danske supermarkedsbosser på en slagterkrog, indtil de begynder at sælge noget andet end vandet og vakuumpakket møg.

Der er da ting, man kan hænge sig i - ud over slagterkroge - på Gourmandiet.

Du får ikke ligefrem **kødet** smidt i nakken.

Men det, du kommer efter, er turen værd, og vi gider ikke hænge os i småting. Men vi bringer en - positiv - efterlysning. Vi vil ha' mer' af det, Gourmandiet kan. Der er så mange dejlige dyr i den forretning, at der både kunne være noget langtidsstegt på kortet, men vigtigst for en carnivor: råt.

Kan vi ikke få det vidunderlige højreb råt, tyndt skåret, mast ud på et fad, dækket i syrlig grøn olivenolie, citron, valnødder, trøfler, urter, saltflagende parmesanost, havsalt og kvartede sorte peberkorn. Der mangler sgu et stykke med bart på det menukort.

Og stangdans er der heller ikke noget af. Skulle det til gengæld nogensinde blive interessant, så er det på Robert's Steakhouse. For **kødets** skyld.

modernetider@information.dk

Fakta: Gourmandiet

Rosenvængets Allé 7, København Bordbestilling: 39 27 10 00.

Robert's Steakhouse

www.penthouseexecutiveclub.com.

- Hængt. Det hele er et spørgsmål om, hvordan **kødet** bliver behandlet. Et besøg på Gourmandiet vil ødelægge ethvert efterfølgende supermarkedsindkøb Foto: Benedikte Sofie Martinussen

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Kødklister: Sammenklistret **kød** rammer danske butikker

9. februar 2010, Information, Sektion 1 (1. sektion), Side 21 (indland), 463 ord, Id: e1e0868a

EU har givet grønt lys til brug af enzymet thrombin. Kødentusiaster skal dog ikke være bekymrede, for EU kræver, at **kødet** mærkes tydeligt.

Danskerne skal vænne sig til at tjekke pakken med bøffer i køledisken en ekstra gang. I hvert fald hvis de vil undgå **kød**, der er sammensat af mindre kødstykker ved hjælp af tilsætningsstoffet thrombin - populært kaldet kødklister.



Det er resultatet af en afstemning i Bruxelles mandag, hvor et stort flertal af EU's medlemslande vedtog, at thrombin sammen med en række andre stoffer skal tillades i **kød**. Kun to lande - heriblandt Danmark - stemte imod forslaget, og det betyder, at Danmark må bøje sig og flette tilladelsen ind i dansk lovgivning.

Men danskerne skal ikke frygte, at de bliver narret til at spise klisterkød. Det er fortsat ulovligt at bruge **kødet** i cateringfirmaer, hvor forbrugerne ikke selv kan kontrollere **kødet**, og forbrugerne må ikke vildledes, når de køber færdigpakket **kød** fra køledisken.

»Maden skal mærkes med informationen 'sammensat **kød**' tæt på produktnavnet,« står der i det vedtagne forslag.

Det glæder fødevareminister Eva Kjer Hansen (V):

»Det lykkedes at komme igennem med de danske synspunkter om en mærkningsordning. For mig har det været vigtigt, at forbrugerne får mulighed for at vælge produkter fra, som de ikke ønsker,« siger hun.

SF vil også være sikre på, at der ikke er noget at tage fejl af.

»Der skal være et stort, rødt klistermærke på produkter med kødklister,« siger forbrugerordfører Pia Olsen Dyhr.

Findes naturligt

Thrombin findes naturligt i blandt andet okse- og svineblod. Det er med i den proces, der får blodet til at størkne og er ifølge Fødevarestyrelsen harmløst.

Alligevel har thrombin skabt stort ståhej på Christiansborg, og i sidste uge endte Dansk Folkeparti med at tvinge regeringen til at lade Danmark stemme nej til at tillade thrombin. Et nej, der altså mandag druknede i et overvældende ja-flertal.

Dansk Industri (DI) ryster på hovedet over balladen.

»Det er jo ikke noget med, at man vil lave nogle affaldsprodukter om til fødevarer,« siger Ole Linnet Juul, der er direktør i DI Fødevarer.

Det **kød**, der i fremtiden ender som klisterkød, ville i dag typisk være endt som hakkekøb.

Ole Linnet Juul langer ud efter danske politikere og pressefolk, der skal holde hovedet koldt og læse op på sagen, inden de går til tasterne en anden gang.

»Det er jo klart, at når man som forbruger får en historie præsenteret, som at nu kan man klistre alt muligt **kød** sammen, og nu kan du ikke regne med, at det, du **spiser**, overhovedet er **kød** - så bliver man da bekymret,« siger Ole Linnet Juul.

»Der synes vi, at man som politiker må lytte til det, men også sige 'hvad er hoved og hale i det her'. I stedet for bare at sige 'det er noget forfærdeligt noget - det må vi afvise' og så

lave en politisk sag ud af det,« siger han. ritzau

idag@information.dk

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Spis godt på togturen

19. juni 2010, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, KATRINE KLINKEN..., 809 ord, Id: e2105679

SPISDrik: Når nu danske togkiosker ikke kan, så kan man med lidt japansk inspiration gøre det selv Værs'go' og spis.

Alle kender det at stå på stationen med sit habengut, billet og om lidt kører toget: Men hvad nu med mad og drikke? På togferie i Japan er det inspirerende at se, hvor meget ordentlig rejsemad, der er på stationerne. Japanere rejser mere og længere end os, og så har de en anden madkultur. Maden er ofte pakket som madkasser - kaldet bento - og hver egn har deres egne specialiteter, hvilket tilføjer rejselivet flere oplevelser.



Selv på de små stationer er der lidt at vælge i mellem. Én eller to slags bento'er, sandwiches og et udvalg af sushi.

Ris serveres ofte som megasushi, der er den oprindelige sushi, som blot er eddikekrydrede ris med tang. Kombinationen med rå fisk er en ca. 150 år gammel opfindelse fra Tokyo. De store sushi kan købes på alle stationer, og i midten kan der være lidt fisk, syltet blomme m. m. For at undgå at nori-tangen bliver blød og kedelig, er pakkerne konstrueret, så man ved åbningen selv ruller tang om risene og **spiser** den som en håndmad.

De store stationer har også et større udvalg af madstande eller -vogne fra forskellige firmaer, der udbyder mange forskellige slags bento, snacks eller simple serveringer som f. eks. blot hårdkogte æg: enkelt, men rigtig mad. En bento kan bestå af blot ris med strimlet omelet og lidt grønsagspickles eller nudler i en boks med lidt **kød**, grønsager, soja, tang og æg.

Boksene kan også være en servering af med flere små retter som f. eks. lokale unaki (ål) fra Tokyo-bugten, et par stykker sushi, forskellig tang, spyd med stegt fisk og sojastegt kylling, picklede grønt sager af gulerod, lotusrod og agurk og et halvt æg. Bento'erne er pakket i forskellige æsker med vådserviet og spisepinde - det hele fint indpakket i papir evt. med snor og bærepind lige til at tage med.

I Miyaki-distriktet i det nordlige Japan er en af de lokale specialiteter grillede tynde skiver kogt oksetunge - gyutan.

Den serveres mange steder og kan være mør, lækker og chilikrydret med ris og picklede grøntsager. På Sendai-stationen kan man købe retten med ris i en avanceret bento, man kan varme op. Ved at trække i en snor sættes en kemisk reaktion i gang i bunden af pakken og efter få minutter er der varm mad til togturen.

Klart nok er det ikke den bedste gyutan, man kan få, for også i Japan er togmaden ofte masseproduceret og skal ikke koste for meget - men det er generelt rigtig, sund mad og med stor variation.

Det er ikke nogen nyhed, at man på de danske stationer og i togvogne bliver mødt med et usselt udbud af wannabemad som karakterløse sandwiches af nettobrød med ringe substans af fibre og smag. Coatede æbler og umodne bananer.

Og helt generelt er salget på stationens udsalg storindustriens metervarer med masser af søde sager i pakker og flasker af plastic. Det samme over det hele, og dyrt i forhold til kvaliteten. Produkterne kan holde sulten væk, men medbragt mad er det eneste, der rigtig dur, f. eks. en madpakke med en god sandwich, rugbrødsmadder og en termokande med kaffe eller te. Og har man tid til at organisere, og er der lidt af hvert i køleskabet, kan man lave bento med små tapas af kolde rester kartofler eller ris som et godt udgangspunkt. Eller man kan også tage enkle sager med som snackpølser, agurk, tomater, en gulerod, tørret frugt, nøddekernel, knækbrød og grovkiks.

Japanske ris med røget fisk - 6 megasushi

2 dl sushiris (eller grødris) 2,50 dl vand 2 tsk. sukker 1,5 tsk. groft salt 2 spsk. riseddike 60 g røget sild eller varmrøget ørred (renset vægt) 4-5 stykker eller plader noritang evt. lidt sojasauce? Kog risene ca. 30 min. i vand så de kan blive kolde inden servering, men stadig er friskkogte. Krydr med sukker, salt og riseddike mens risene er varme. Læg et vådt opvredet viskestykke hen over. Lad risene køle af.

? Form risene til 6 store trekanter, lav et hul i midten og kom fiskekød uden ben i midten. Når man former klistrede sushiris dypper man fingrene i en skål med koldt vand ind imellem.

? Pak hver trekant ind i husholdningsfilm. Tangen skal på så tæt på serveringstidspunktet som muligt, så tangen den ikke bliver blød.

Spis med fingrene som en mad og dyppe evt. i lidt sojasauce.

Nye kolde kartofler med søl

Kolde kogte skrubbete kartofler drysses med fint klippet purløg og lidt knust søl lige før de **spises** med lidt kold fisk eller stykker af agurk.

Rødalgen søl er en tangart, der tørres, og den skal ikke koges. Den kan også sprødsteges til snack til et glas mørk øl.

Søl smager sødligt og indeholder mange mineraler.

Søl fra Island forhandles i receptionen i Nordatlandisk kulturhus, Nordatlantens Brygge, Strandgade 91, København K. 70 g koster 70 kr.

modernetider@information.dk

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Det hele starter med en selv

16. juli 2010, Information, Sektion 1, Side 4, Sofie Tholl..., 785 ord, Id: e219abde

Klimaknægten: Han **spiser ikke kød** og køber kun økologiske madvarer. Han foretrækker at køre 75 km på cykel dagligt fremfor at køre i bil. Han tager et fragtskib til Mexico i stedet for at sætte sig op i en flyvemaskine. Benjamin Bro-Jørgensen gør det, folk ville ønske, de gjorde, for at bremse klimaets forandringer.



Benjamin Bro-Jørgensen beskæftiger sig ikke med andet end kampen mod klimaets forandringer. Han droppede ud af gymnasiet, fordi han ikke kunne koncentrere sig om andet klimaet. Som aktivist i klimabevægelsen blev avisraternes afkast sat i Vestas aktier, og han vil hellere gå en ekstra time med leen end tænde traktoren, når der skal fjernes ukrudt i det økologiske bofællesskab, hvor han er i landbrugspraktik. For vi kommer kun dommedag nærmere, hvis ikke vi starter med os selv, siger Benjamin Bro-Jørgensen, der er 19 år gammel.

Da Benjamin Bro-Jørgensen tropper op på Information, har han jord under neglene og en rygsæk på ryggen.

Han har lige netop tid til at kigge forbi imellem alle sine møder i København. Møder om klimaet. Den kamp, der optager hele hans liv.

»Der går aldrig en dag, uden jeg tænker på klimaet,« siger han og fortsætter, »Som jeg ser det, er klimaets forandringer den største udfordring, vores civilisation har stået over for. Jeg kunne kæmpe mod rigtig mange uretfærdigheder. Fattigdom og den svækkede velfærd, men klimaet er grundlaget for det hele. Hvis vi ødelægger vores planet, så kan det være ligegyldigt med resten.

Når ørkenen spreder sig, og oversvømmelser kommer, så kommer alt alligevel langsomt til at gå ned,« siger Benjamin Bro-Jørgensen.

Vil gøre en forskel

Det, som Benjamin Bro-Jørgensen selv kalder for sin bevidsthedsperiode, begyndte, da hans fysiklærer i niende klasse gennemgik kapitlet om global opvarmning. Materialet bestod af to sider, og Benjamin Bro-Jørgensen var forbløffet.

' Det er kæmpestort det her. Hvorfor er der aldrig nogen, der har fortalt mig det her før?' tænkte han. Han rakte hånden op og spurgte, hvad danskerne egentligt gjorde ved problemet.

»Og de gjorde ingenting, viste det sig. Og særligt ikke efter regeringsskiftet i 2000, de gjorde i hvert fald slet ikke nok. Dét gjorde mig vred,« siger han.

Og lige netop dér startede jagten for den dengang 15-årige dreng, der lige var blevet vækket af en sag. Jagten på måder, hvorpå han kunne gøre en forskel. Siden har han deltaget i en blokade af Storstrømsbroen i klimaets navn, og har aldrig nogensinde kogt ris, for den måde, ris bliver produceret på, er med til at udlede store mængder metan.

Derfor undgår han også mejeriprodukter, for køernes bøvser forpuster klimaet.

Han er også blevet vegetar for at mindske efterspørgslen på **kød** på det danske marked.

Og når Benjamin Bro-Jørgensen til november skal til Mexico for at deltage i COP16, så bliver det ad søvejen, for han har aldrig tænkt sig at flyve igen.

For Benjamin Bro-Jørgensen mener, at skal der ske noget, skal man starte med sig selv.

»Mange siger, det ligegyldigt, om man køber økologisk eller ej, for det er politikken, der skal ændres. Jeg er enig i, at politikken skal ændres, men det er essentielt, at man forbruger bæredygtigt, så man støtter de gode kræfter i stedet for de dårlige.

Mindst ligeså vigtigt er det, at man bliver en aktiv borger i demokratiet ved at blande sig i den politiske debat og vise sit ønske om handling,« siger han.

Ifølge Benjamin Bro-Jørgensen bliver man en bedre borger, når man tager ansvar for klimaet. Men den selvtilfredse følelse Benjamin Bro-Jørgensens handlinger giver, er ikke forbundet med en individualistisk glæde, men kommer kun, når fællesskabet løfter problemet, siger han: »Jeg tror ikke på, at man skal være alene med tingene.

Jeg ser os alle sammen som en stor familie, menneskeheden.

Og jeg synes, det er meget ærgerligt, hvis menneskeheden bare er endnu en art, der uddør. Ligeså meget destruktion, som vi kan lave, lige så meget godt kan vi også lave. Vi er en organisme, der er beriget med evnen til at filosofere over selvet, og det er ærgerligt, hvis det skal gå til grunde. Det egoistiske element, der er i kampen for mig, er, at jeg ønsker vores race skal overleve,« siger han.

Det samfund, Danmark er nu, beder ifølge Benjamin Bro-Jørgensen, os om at forbruge.

»Men man er ikke undskyldt, for det giver ingen mening ikke at gøre noget.

Man har pligt til ikke bare at videreplacere ansvaret hos politikerne. Man må bare ikke spille fallit og erkende, at man ikke er politisk aktiv, glemte vist at stemme til sidste valg, og at man heller ikke handler på det personlige plan. Så er man en egoist - så er man med til at skabe det kollektive selvmord.«.

SOTH@INFORMATION.DK

Fakta: Serie: De ultimative

Hvem er Danmarks idealister? De få, der handler ultimativt efter deres politiske eller idealistiske overbevisning.

De få, der lader deres overordnede ideologier gribe ind i hverdagen og få fat og ændre noget. Information har støvet en række ganske almindelige danskere op, der tror så meget på noget, at de er villige til at ændre deres magelige tilværelser for det.

- Klimaets forandringer er den største udfordring, vores civilisation har stået over for, mener 19-årige Benjamin Bro-Jørgensen, der har viet sit liv til kampen for at undgå klima-dommedagen. FOTO: SIGRID NYGAARD

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Værs'go' og spis : Street food er ikke bare fastfood

11. september 2010, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, KATRINE KLINKEN..., 737 ord, Id: e22e8835

Bedre hverdagsmad handler ikke om at peppe en kedelig sandwich op med en ekstra skive agurk.

Hurtig mad på vejen og gaden kan være vidunderlige, smagfulde energirige bidder.

De kan opleves i mange varianter over hele kloden. Men den hurtige mad kan også være mad af internationalt tilsnit og af elendig kvalitet af masseproducerede fødevarer.



Udtrykket Street food er knyttet til madkulturelle oplevelser som grundlæggende bygger på et traditionelt madhåndværk - herhjemme vil det typisk være en bid ved en god pølsevogn og andre steder f. eks. en sildebod i Amsterdam, en falafelbar i Mellemøsten, et pizzeria i Napoli eller et hotdogsted i Chicago. Ofte bruger vi den engelske betegnelse fastfood for hurtig og enkel mad, der er mad købt i forbifarten. Det er typisk industrifremstillet mad fra store fødevarekæder og -giganter. Hurtig mad hjemme kalder vi hverdagsmad, der ofte er enkle serveringer som f. eks. pandemad med hakket **kød**, salater, majscolber og pastaretter.

Fødevareminister Henrik Høegh vil have udviklet sund fastfood og flere tilbud af hverdagsmad til de danskere, der ikke vil bruge tid på at lave mad. Han mener, at der skal gøres noget for, at udbuddet af hurtigmad bliver sundere og mere ernæringsrigtigt med flere grøntsager, så det ikke kun er pizza og shawarma. Han iværksætter nu en kampagne, hvor de store aktører på markedet er inviteret til at finde nye løsninger til hurtige madvalg.

Et nyt gadebillede

Jeg forestiller mig et nyt gadebillede med masser af madudsalg og-vogne med mere end pølser: Som i Japan med friskkogt nudelsuppe, som i Venedig med små udsalg af lækre madder, en mangfoldighed af grøntsagstapas, grove salater og frugtsalater, smørrebrød og madpakker med friskbagt rugbrød med kartofler, æg, sild.

Hvor kan det blive vidunderligt, hvis vi får mere street food i stedet for fastfood: god mad til at spise på vejen og rejsen - også med DSB.

Kommer ministerens projekt til at handle om at putte lidt mere revet gulerod i en i forvejen ligegyldig bolledej, eller lægge en skive agurk mere på den dødssyge skinke - så er det ikke særligt spændende. Et vigtigere fokus er, hvor let det er at lave sin egen hverdagsmad, for det kan man, når man har lært at lave mad. Lær børn og voksne at lave mad af gode råvarer. Og selv om det er hyggeligt at spise en bid på vejen og få street food, så er det allerbedste for en sund madkultur at nyde maden sammen. Det er godt at tygge sig igennem velsmagende mad, der er grov og ægte - det er vigtigere end at arbejde for mere fast food-kultur!.

Hurtig rugbrødstoast (1 toast)

2 skiver groft rugbrød - gerne daggammelt 1 spsk. dijonsennep 2 skiver fast komælksost et drys paprika eller stødt chili 1 tomat 2-3 løgringe eller 1 spsk. klippet purløg Smør rugbrødsskiverne med sennep.

Læg en skive ost på hvert stykke brød.

Drys med paprika eller chili.

Vask tomaten og skær den i skiver. Pil løg, og skær ringe. Læg tomatskiver og løgringe mellem de to skiver rugbrød.

Klem brødsiverne sammen til en sandwich.

Læg toasten på en tør slip-let pande og varm brødet ved svag varme 3-4 min.

på hver side, til osten er smeltet, eller bag i en 225 grader varm ovn. Vend forsigtigt med en paletkniv.

Hotdog med svampemayonnaise (2 stk.)

2 pølsebrød eller 2 bløde grove boller 2 gode wienerpølser Svampemayonnaise: 100 g friske Karl Johan eller 30 g tørrede (evt. andre tørrede svampe) 1 dl god mayonnaise 2 spsk. syltet agurk 1 fed hvidløg salt og friskkværnet peber 1 lille rødløg 1 spsk. andefedt eller smør 2-3 kviste timian friske sprøde salatblade Svampemayonnaise: Ved brug af tørrede svampe: Læg svampene i blød i koldt vand ca. 30 min. Hæld vandet fra, og hak svampene. Friske svampe skal skives og steges få minutter på tør pande. Hak dem, og lad dem køle lidt af.

Bland hakkede svampe med mayonnaise og finthakkede syltede agurker. Smag til med knust hvidløg, salt og peber.

Kog vand i en gryde, sluk, læg pølserne i, og lad dem trække under låg ca. 10 min.

Pil løg, og skær det i ringe. Steg i andefedt eller smør, til de er klare og, krydr med timian. Varm pølsebrødene eller grovbollerne. Fyld med salat, svamperemoulade, pølse og løg.

Danske højsæson for frugt!

Lige nu er der mange slags blommer, blåbær, sommeræbler og pærer. **Spis** dem nu - det er hurtig mad, som man kan få på ved mange gade-og vejboeder, grøntudsalg og -handlere og i haver på villaveje over hele landet.

modernetider@information.dk

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Selvhjælperen | En mand søger hjælp hos de professionelle: I morgen lægger jeg mit liv om ... Mens jeg ligger under dynen og spiser hovedpinepiller, genkalder jeg mig Body-sds-terapeut Daniels advarsel. Jeg beslutter, at i morgen lægger jeg mit liv om. I morgen ...

3. april 2010, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 16 (weekend), Serie..., 973 ord, Id: e1f3dd88

Først fik vi en krop, så vi fik vi en bevidsthed, og så gjorde bevidstheden kroppen til sin slave, som den spænder for maskiner og piner med stress. En proletar, som er mere værd end det, den laver, og som bliver holdt nede med piller, røg, kaffe, alkohol, sukker og transfedtsyre.

Men nu har kroppen rejst sig mod os, og den vil os det ondt. Ikke færre end 33 procent af os danskere har ifølge Statens Institut for Folkesundhed haft smerter i nakken inden for de sidste 14 dage. Og dertil kommer alle dem med piskesmæld, migræne, akillessmerter, søvnbesvær, depression, og hvad har vi.

Derfor har vi nu fået en ny pagt, der lover fred mellem ånden og **kødet**. En pagt man kan tilslutte sig ved at opsøge et af de 13 Body-sds templer, der ligger spredt over det ganske land.

Body-sds centeret, jeg har opsøgt, ligger i Pilestræde, og receptionen ligner et travlt privathospital. Der er run på og lugter septisk. Store glasskabe fremviser forskellige former for proteinpulver og Body-sds-terapeuterne piler rundt i ens træningsdragter.

Jeg sidder og bladrer i det dyre modeblad *Dansk*, da min Body-sds-terapeut kommer og henter mig. Han hedder Daniel, har et blidt væsen og er lidt yngre end jeg. Han fører mig ind i en behandlingscelle med en massagebriks og begynder at forbedre mig mentalt på at komme i kontakt med min krop.

»Det er ikke unormalt, at folk græder efter en behandling,« fortæller han.



Daniel har taget den tre år lange uddannelse til Body-sds terapeut, og han har prøvet det hele på sin egen krop. Han er halvt kroat og halvt serber og kom Danmark som flygtning i 1995. Han kunne næsten ikke trække vejret, fortæller han og viser, hvordan han gik helt krumbøjet rundt, fordi hans traumatiske oplevelser havde sat sig i kroppen. Men i 1999 fik han en Body-sds-behandling, og siden har han aldrig haft det bedre.

For Daniel er Body-sds ikke bare en behandling. Det er en gave, han deler med menneskene omkring sig. Jeg tror på ham, og han ser virkelig ud til at have det godt med sig selv, så jeg har ikke noget problem med, at han rører ved min næsten nøgne krop.

Han fortæller: »Hvis jeg selv skal behandles, så skal vedkommende selv leve efter de principper, som han behandler mig efter.«

Han læser mit **kød**

Daniel kommunikerer med min »krops indre rum«, og han lokaliserer de traumer, som jeg har givet den. Han læser mit **kød** og udlægger historien om mit liv: »Du er grundlæggende i god form, men du har ikke passet så godt på dig selv.« Hvilket er sandt, men måske ikke er særligt overraskende.

Daniel forklarer, at indføling er meget vigtig. Med sin Body-sds uddannelse har han lært at mærke, hvilket tryk min krop har behov for, så jeg igen kan blive et helt menneske. »Det hele handler om at give kroppen en god oplevelse,« fortæller han.

Konkret betyder det, at han »løsner mine led« og »justerer« mine hvirvler, så jeg en enkelt gang overvejer, om han rent faktisk er ved at brække ryggen på mig. Der kommer et lysglimt af voldsom forløsning, og bagefter er det som om, jeg er blevet sat sammen igen på en ny måde.

Body-sds bliver af maleren Per Kirkeby sammenlignet med oldkirkens mirakelmagere i forordet til Ole Kåre Følis bog *Mit indre Rum - samtaler med kroppen*, som Daniel citerer flittigt fra under vores seance. Og som med de gamle profeter er der også her tale om et familieforetagende.

Ole Kåre Følis far var Erland Hartung: 'Miraklmageren fra Smallegade'. Snedkermester og en hård mand med et hårdt liv, som folk opsøgte med deres smerter. Ole arvede de magiske hænder fra sin far og blev værktøjsmager. Som 27-årig overtog han Erlands klinik og blev som mand en stjerne blandt stjernerne. Manden, der løste store kriser for Taylor Hamilton, Bjarne Riis, Sanne Salmonsens, Jørgen Leth og for 15.000 andre klienter, der har været igennem hans hænder. Varemærket Body-sds er Oles søn Bengt Valentino Andersens opfindelse. Han har gjort Body-sds til et brand, der er for alternativ behandling, hvad B&O er for tv-apparater: Et produkt, du kan være bekendt, selv om du normalt ikke ser tv eller bruger alternativ behandling.

Derfor har man også fjernet al den ikonografi, der plejer at kendetegne alternativ behandling: Der er ingen newagemuzak, abstrakte malerier i lilla og orange, duftlys eller anden nips, som kunne støde den gode smag.

Dansk erhvervssucces

Det er en stil, som har gjort Body-sds til en dansk erhvervssucces, der tilbyder en hel serie af varemærke-registrerede behandlingskoncepter: Cufei (en form for gymnastik), Pafei (styrketræning) og Falles, Aquadeam & Aquateam (forskellige former for udrensningskurer)

Jeg spørger til forskellen mellem Body-sds og mere traditionelle former for fysioterapi:

»Nu vil jeg ikke tale grimt om andre, men jeg mener, at Body-sds i modsætning til for eksempel kiropraktik og fysioterapi arbejder med en heling af helheden med henblik på en langvarig succes.«

Efter behandlingen græder jeg måske ikke ligefrem - men jeg oplever bestemt, at jeg har fået smæk for skillingen (785 kr. koster en normal session).

Hvilket dog viser sig at være penge ud af vinduet, da jeg ikke følger Daniels råd om, hvordan jeg bør leve, når behandlingen er overstået. Han advarer mig mod at arbejde og siger, at jeg bør tage det roligt resten af dagen: »Du kører på underskuddet, og lige nu går det fint - men en dag kommer renterne.«

Men jeg tager det ikke roligt. I stedet går jeg til tre møder i løbet af eftermiddagen og tager en slåskamp mod en deadline til langt ud på aftenen. Dagen efter har jeg knaldende hovedpine og bliver nødt til at lægge mig syg. Mens jeg ligger under dynen og **spiser** hovedpinepiller, genkalder jeg mig Daniels advarsel. Jeg beslutter, at i morgen lægger jeg mit liv om. I morgen

modernetider@information.dk

Selvhjælperen

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Kødædere : Danskerne vil ikke droppe bøffen for at redde klimaet

15. oktober 2010, Information, Sektion 1, Side 6, Peter Nicolai Gudme Christensen..., 1180 ord, Id: e23e5748

Danskerne har endnu ikke gjort klimahensyn til en fast ingrediens i aftensmaden. Madkultur og spisevaner er svære at ændre, og særligt den CO2-belastende kødspisning udgør et problem. Eksperter efterlyser mere politisk vilje.

Henter billede...

Danskerne har haft rig lejlighed til at lære at lave klimavenlig mad. Aviserne har bugnet med opskrifter, Fødevarestyrelsen har bl. a. udgivet kokebøger om klimamad, supermarkederne har formuleret råd til kunderne om klimahensyn, og Forbrugerstyrelsen har lavet en kampagne, der skal hjælpe forbrugerne til at nedsætte CO2-udledningen via valget af varer til indkøbskurven.

Topkokke har sågar lavet mad uden brug af el og gas.

Ifølge en ny måling foretaget af Ugebrevet Mandag Morgen er vi stadig voldsomt bekymrede for klimaet.

Alligevel er klimamad ikke blevet en del af vores hverdag. Det skyldes, at det er et sejt træk at ændre danskernes madvaner, og at ansvaret er overladt til forbrugerne.

Kirsten Skaarup har skrevet en klimakokebog og arrangerer kurser for folk, der vil lære mere om klimavenlig madlavning. Hun er ikke i tvivl, når man spørger til danskernes bevidsthed omkring mad og klima: »Det kan vist ligge på et meget lille sted. Jeg tror, det værste og det sværeste i hele verden er at ændre folks madvaner. Det er ikke, fordi folk kommer rendende til kurserne. Der kommer ikke flere, end der altid har gjort.

Jeg tror virkelig, danskerne lukker øjnene, når det kommer til mad og tænker: 'Det går nok'.« Kirsten Skaarup har ikke indtryk af, at salget af hendes klimakokebøger skulle være stagneret. Hun mener, at salget har været nogenlunde støt, og at alle 6.000 eksemplarer - ikke noget der skaber en klimarevolution - snart er solgt.

Lotte Holm er sociolog og professor på Det Biovidenskabelige Fakultet under Københavns Universitet og forsker blandt andet i danskernes madforbrug. Ifølge hende er der masser af klimabevidsthed og vilje blandt danskerne, men desværre modsvares det ikke altid af handling, fordi forbrugerne står alene med opgaven.

»Det er stadigvæk noget, man individuelt skal beslutte sig for, et individuelt moralsk anliggende, som er svært at kæmpe for, hvis man føler, man er den eneste, der gør noget. Hvis forbrugs omlægninger skal lykkes, så skal man fra politisk hold gå i spidsen og understøtte forandringerne med nogle prisændringer eller andre former for regulering, der kan lokke folk til at ændre vaner,« siger hun.

Et andet af de indgreb, som Lotte Holm foreslår, går på, at man fra miljøpolitisk hold regulerede de udledninger af affaldsstoffer, der foregår ved husdyrproduktion.

Kød er tryghed

En af de store CO2-syndere i de danske indkøbskurve er nemlig **kødet**. Og noget tyder på, at danskernes madkultur gør det svært for dem at prioritere klimaet gennem et nedsat kødforbrug.

For vi opfatter grundlæggende **kød** som hovedbestanddelen af et måltid. Ifølge en endnu ikke offentliggjort forbruger analyse fra FDB bygger 72 pct. deres daglige madindkøb op omkring **kødet**. Derefter tænkes grøntsagerne ind som tilbehør. Signe Frese, der er FDB's specialkonsulent på klimaområdet, forklarer undersøgelsens resultat med vores kulinariske kultur arv.

»Det er vi simpelthen vokset op med. Det ligger kul turelt i os, at vi selvfølgelig skal have **kød** til aftensmaden.

Det er en indgroet del af det at være dansker,« siger Signe Frese og fremhæver madkulturer som den italienske eller den asiatiske, hvor **kødet** spiller en mindre dominerende rolle i måltiderne.

Kogebogsforfatter Kirsten Skaarup er enig i, at det er svært at få danskerne til at spise mindre **kød**:

Tror grønt er kedeligt

»Det er ligesom at få trukket tænderne ud at undvære bøffen.

Det handler om minder, tryghed og vaner. Og man kunne jo opnå rigtig meget bare med en enkelt kødfri dag om ugen. Der går 10 kilo plantefoder til at fremstille blot et kilo **kød**,« siger Kirsten Skaarup, der har taget initiativ til bloggen kodfri fredag. dk.

Men måske bunder danskernes forkærlighed for **kød** også i manglende fantasi.

»Vi har en tese om, at forbrugerne mangler nogle 'grøntsagskompetencer'.

De ved ikke, hvordan de skal tilberede grøntsagerne på en spændende måde,« siger Signe Frese. Hun vil dog ikke udelukke, at det også er et spørgsmål om økonomi: »Vi ved, at kvalitet og pris er vigtige, når danskerne handler, og her gør klima-hensyn sig sådan set ikke så meget udslagsgivende. Så det kan godt have en betydning, at **kød** er relativt billigt.

«.

Kød er for billigt

Bo Weideman fra den selvstændige forskergruppe 2.-0 LCA consultants forsker i livscyklusvurdering af fødevarer.

Han har undersøgt, hvor meget forskellige fødevarergrupper belaster CO2-udledningen. På den baggrund er han ikke i tvivl: **Kød** er for billigt. Særligt oksekød, der ifølge Bo Weidema burde koste det dobbelte pr.

kilo, hvis prisen skulle svare til CO2-belastningen. Han opfatter ellers generelt, at viljen er til stede hos forbrugerne: »Mit indtryk er, at bevidstheden er steget stærkt, men at det er svært at handle derefter, fordi der er så meget andet, der påvirker, hvordan vi **spiser**. Blandt andet prisen. Uden politiske indgreb er det usandsynligt, at der vil ske væsentlige ændringer,« siger Bo Weidema.

Også Kirsten Skaarup ønsker sig mere politisk handling: »Du kan se, hvordan politikerne undgår emnet. Maden bliver praktisk taget ikke nævnt. Det gør det i FN's paneler, men en dansk politiker tør slet ikke røre ved det.« Kirsten Skaarup foreslår blandt andet en model med beskatning på **kød**.

Hvor er oplysningen?

Og så skal der mere oplysning til, hvis danskerne skal opdage grøntsagernes kulinariske værdi.

»Der kunne man jo forestille sig, at man fik et grønt tv-køkken og satsede mere grønt allerede i børnehaver og vuggestuer, men det tager tid,« siger Kirsten Skaarup.

Ønsket om flere oplysende kampagner i offentlig-heden deles af Lotte Holm fra Biovidenskabeligt Fakultet.

Hun mener ikke, at den opmærksomhed klimavenlig madlavning fik omkring COP15, har været nok.

»Hvor er den opmærksomhed nu? Jeg føler mig ikke omgivet af kampagner.

Det er ikke nok at udgive en klimakogebog. Det er ligesom med alt andet på klimaområdet: Man venter på de politiske initiativer. Lige nu ynder man i Danmark at sige, at ingenting kan lade sig gøre. At det er umuligt at ændre folks vaner. Jeg tror simpelthen ikke på det. Selvfølgelig kan man det. Men der skal gøres noget vedvarende, hvis man mener det alvorligt,« siger Lotte Holm.

POLITIK@INFORMATION.DJK

Det ligger kul turelt i os, at vi selvfølgelig skal have **kød** til aftens -maden. Det er en indgroet del af det at være dansker. De mangler nogle 'grønt -sagskompetencer'. De ved ikke, hvordan de skal tilberede grøntsagerne Signe Frese, FDB's specialkonsulent på klimaområdet ".

Fakta: Fakta: Kødspiserne

WWF International har netop offentliggjort rapporten 'Living Planet Report 2010', der viser, at danskerne har det tredjestørste miljø -belastende fodaftryk pr. indbygger, kun overgået af de rige oliestater Forenede Arabiske Emirater og Qatar.

Ifølge WWF er en del af forklaringen, at danskerne **spiser** enormt meget **kød** og dermed belaster miljøet via vort eget højintensive landbrug for at producere foder til danske grise og køer samt import fra lande, der f. eks.

rydder regnskov.? Ifølge den seneste opgørelse fra FN's Fødevareorganisation (FAO) med globale data fra 2002 **spiser** hver dansker 145,9 kilo **kød** pr. år. Dermed er danskerne verdens største kødforbrugere - gennemsnitsamerikaneren **spiser** til sammenligning 124,8 kilo **kød** pr. år. Fra 1970 til 2002 voksede det danske kødforbrug ifølge FAO fra 51,6 til 145,9 kilo pr. år.

De seneste år synes danskernes kødforbrug at være svagt faldende.

- De fleste elsker en saftig, mør bøf. Og det sværeste er at ændre folks spisevaner, og vi har snart verdensrekord i at sætte **kød** til livs. Fra 1970 til 2002 voksede vores kødforbrug ifølge FN fra 51,6 til 145,9 kilo pr. år. FOTO: ADRIAN JOACHIM/ SCANPIX

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

'Mad er mere end blot næring'

14. maj 2010, Information, Sektion 1, Side 5, Trine Møller..., 920 ord, Id: e202e348

Livsstil Andreas Liljenstrøm og Stine Kjeldsen har valgt at lægge deres madvaner radikalt om, efter at have læst Jonathan Safran Foers bestseller. Tidligere spiste begge **kød**, i dag væmmes de ved det.

Spaghetti med kødsovs, gullasch og masser af **kød** stod for halvanden måned siden typisk på menuen hos Andreas Liljenstrøm. Det var indtil han fik anbefalet bogen Om at spise dyr af en ven. Andreas Liljenstrøm læste sig gennem hver af de 339 sider og har siden, bortset fra én økologisk pølse, ikke rørt **kød**.

Hans ven nåede ikke længere end til afsnittet om kyllinger, før han fik det dårligt og måtte lægge bogen fra sig. Han kan ikke spise kyllingekød mere.



Den amerikanske forfatter Jonathan Safran Foer er manden bag bestselleren, som tankevækkende skitserer en gennemgang af vores forhold til dyr og de ofte fortrængte grusomheder, som dyr udsættes for i den industrielle kødproduktion. Ved hjælp af beskrivelser af f. eks.

slagtede burhøns, som ofte ligger og opsuger deres eget bakteriefyldte lort, inden de bliver købt, og orner, der får fjernet deres testikler uden bedøvelse, forsøger han at påvirke læserens madvaner.

Foers budskaber gjorde den psykologistuderende Andreas Liljenstrøm nysgerrig: »Jeg tænkte: 'Det her er aldrig noget, jeg har taget stilling til før'. Samtidig havde jeg ikke mødt overbevisende argumenter for at droppe **kødet**.

Jeg var interesseret i at se, hvilke forandringer den bog kunne forårsage på mig og mit liv, og det har resulteret i noget, må man sige!« Før var Andreas Liljenstrøm ligeglad med, hvor **kødet** kom fra. I dag har han valgt kun at spise økologisk **kød**. Det er dog sjældent, han har lyst til at spise dyr.

»Det hænger meget sammen med en generel holdning til, at den form for industri skal minimeres. Det her er så en måde at træffe et aktivt valg på. Jeg synes ikke, man behøver

at tænke i absolutter.

Det kan sagtens være en gradvis forandring, som er med til at gøre verden til et bedre sted at være. Det er jeg rimelig stolt over, at jeg er begyndt på,« siger Andreas Liljenstrøm.

Han har også påvirket en håndfuld af sine venner til at skrue ned for kødforbruget.

Fisk lider også

Stine Kjeldsen, sygeplejestuderende, blev fuldblodsvegetar, efter hun lagde Foers bog fra sig.

»Da jeg begyndte på bogen, var jeg vegetar, men spiste stadig fisk. Det gør jeg ikke længere. Foer argumenterer for, at fisk hverken er værre eller bedre end alle andre dyr. De oplever smerte på samme måde som andre dyr, og de lever under lige så forurenede forhold som dyr på gårde. Det fik mig til at tænke over, hvorfor jeg skulle prioritere at spise dem og ikke andre,« fortæller Stine Kjeldsen.

Hun begyndte på bogen for at få støttet sine argumenter for at være vegetar.

For Andreas Liljenstrøm var det Foers scenarium om to drenge, der går på gaden og får lyst til en burger, der gjorde udslaget.

»Den ene går ind og køber burgeren, fordi han har lyst til **kød**. Den anden husker, at der er noget langt mere betydningsfuldt i det, så han lader være. Kritikken af vegetarianer går ellers ofte på, at de er for følelsesladede og ikke tænker fornuftigt, men Foer spørger, hvem det egentligt er, der er fornuftig: Er det ham, der køber **kød**, fordi han har lyst, eller er det ham, der lader være, fordi han ved, at det har nogle alvorlige konsekvenser for miljøet, som er med til at frembringe nye sygdomme og en meget usund industri?,« spørger Andreas Liljenstrøm.

Han har i dag et andet syn på industriproduceret **kød**: »Foer skriver, at det ikke er, fordi han skal holde sig selv tilbage, eller fordi det er moralsk forkasteligt, at han ikke **spiser kød**. Han væmmes bare ved at spise det, og det må jeg indrømme, at jeg også gør.« Grunden til, at Andreas Liljenstrøm ikke har valgt **kødet** helt fra, er, at han synes, det er nemmere end at skulle tage det store spring ud i vegetarismen.

Det synes Stine Kjeldsen er en fin begyndelse.

»I bogen handler det heller ikke om, at man nødvendigvis skal gå hele vejen. Man skal bare hele tiden være i en proces og overveje de enkelte valg, man tager. Man kan f. eks. spørge sig selv, om man nødvendigvis behøver at spise **kød** i dag,« siger Stine Kjeldsen, som også har valgt økologiskødet fra, fordi det er nemmere, end hvis hun hele tiden skal tjekke, hvad det er, hun putter i munden.

Ikke alle kan påvirkes Andreas Liljenstrøm ser det som en ny og vedvarende livsstil. For ham har mad nemlig fået en helt ny betydning: »Der er meget forbundet med mad, f. eks. hvordan det produceres, hvem man **spiser** det sammen med, og hvilke traditioner man har. Mad er mere end blot næring og lysten til at spise noget, der er lækkert. Det kan man godt have i tankerne, når man vælger sin mad. Der er så meget på spil, og det er så vigtigt,« pointerer Andreas Liljenstrøm.

Han prøver ihærdigt at påvirke endnu flere til at tage de samme valg. Der er dog én, som han ikke kan påvirke: »Jeg har en far på 67 år. Efterhånden har jeg erfaret, at når man er nået den alder, så har man valgt, hvordan man vil leve sit liv. Så er der ikke meget, der kan ændre på én mere. Det har jeg bare måttet acceptere som søn.«.

TRM@INFORMATION.DK

Da jeg begyndte på bogen, var jeg vegetar, men spiste stadig fisk.

Det gør jeg ikke længere. For argumenterer for, at fisk hverken er værre eller bedre end alle andre dyr. De oplever smerte på samme måde som andre dyr, og de lever under lige så forurenede forhold som dyr på gårde Stine Kjeldsen, sygeplejestuderende ".

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Kronik: Brug din forstand foran køledisken

15. maj 2010, Information, Sektion 1, Side 16, Morten Lassen..., 1351 ord, Id: e2034058

Kronik Vil vi komme klimaforandringerne til livs, kan vi faktisk gøre det med et snuftag - vi skal bare blive vegetarer.

Henter billede...

Så står man der igen foran køledisken med et halvkilo hakket okse i den ene hånd og boblende mundvand, mens den anden hånd er en løftet pegefing, der

råber op om dyrevelfærd, sundhed og øgrupper, der oversvømmes.

Privatsfæren og hverdagen er tilsyneladende invaderet af et etisk dilemma, man ikke længere kan fortrænge. Ryger oksekødet i kurven, er samvittigheden i frit fald, for hvem vil være meddelagtig i en kommende klimakatastrofe? For hvad hvis nu der rent faktisk er tale om et skæbnesvangert valg. Dér foran køledisken? Imidlertid er det en absurd følelse - kan mit valg virkelig være med til at bremse klimaforandringerne? Come on! Politikernes manglende evne til at gennemtrumfe varige og kollektive beslutninger kan nemt få en til at få en halv okse ned fra hylden, for afgrunden mellem mine små handlinger og problemets omfang er direkte demotiverende. Så rend og hop.

Men hvad hvis nu klodens fremtid rent faktisk står på spil hver dag i Netto? Dette spørgsmål er af så afgørende betydning, at man ikke kan tillade sig at skubbe det væk med en fornærmet mine (»Jorden går sgu da ikke under, fordi jeg får mine daglige krebinetter«). Medmindre man også kun vil fortrække en mine, når nationer udslettes, og øgrupper forsvinder.

Men hvis vi kan blive enige om, at vi har et ansvar for klimaforandringerne, har vi også et ansvar for at mindske konsekvenserne. Som filosofen Klemens Kappel skriver i antologien Vores mad og det globale klima (netop udgivet af Det Etiske Råd), er det ensbetydende med, at »vores daglige valg af fødevarer kan underkastes en etisk vurdering«. Se det i øjnene, en tur i supermarkedet er en tur gennem en lang række etiske valg. Så længe der ikke eksisterer en kollektiv strategi, er det op til den enkelte at forvalte ansvaret. En åbenlys handlestrategi er at tilsidesætte egne behov og simpelthen spise mindre **kød**. Det er et faktum, at vil vi komme klimaforandringerne til livs, kan vi faktisk gøre det med et snuptag - vi skal bare blive vegetarer. Vildt nok. Og stort suk.

At anerkende, hvad der er det rigtige i en situation og ikke handle derefter, er kort og godt hamrende umodent.

Her kunne det være på plads med oplysningstidens måske kraftigste statement (bør klippes ud og sættes op på køleskabet): »Oplysning er menneskets udtræden af dets selvforskyldte umyndighed.

Umyndighed er manglende evne til at bruge sin egen forstand uden andres ledelse. Denne uduelighed er selvforskyldt, hvis årsagen er en mangel ikke ved forstanden, men ved beslutsomhed og mod til at bruge forstanden på egen hånd.

Derfor er oplysningens valgsprog: Hav mod til at bruge din forstand!« Kant fortsætter med, at det er »dovenskab og fejhed«, som er grunden til, at en stor del af menneskeheden forbliver umyndige en stor del af livet. Hjælp, er vejen ud af umyndiggørelse vegetarernes pilgrimsrejse til de frelstes land?.

Fjernomsorg

Som man kan læse i antologien fra Det Etiske Råd, er der noget næsten perverst over den måde, forandringerne vil ramme os, for det er den rige verdens overforbrug, som vil føre til de klimaforandringer, som fører til en forøget fattigdom i den fattige del af verden.

Af samme årsag er det måske så svært for den almindelige borger i den vestlige del af verden at gøre noget, også selv om mange føler sig kaldet. For det første kommer det først til at gøre ondt på nogle fremmede mennesker på den anden side af kloden, og når regningen endelig skal betales, er man selv død og borte. Antologien taler om behovet for 'fjernomsorg', hvilket vil sige, at vi påtager os det åbenlyse ansvar vi har og gør noget aktivt for at forhindre at påføre den fattige del af verden endnu større nød og elendighed.

Morten Dige, adjunkt ved Afdeling for filosofi ved Århus Universitet, skriver i antologien, at i forhold til klimaforandringer har vi i den vestlige verden et klart etisk ansvar, hvis det gælder: der er et åbenbart og påtrængende behov for, at vi gør noget (og det er de fleste videnskabsmænd enige i, at der er).

? vi faktisk har evnen til det uden væsentlig fare og ulempe for os selv (tjah, hvor ondt gør det egentlig at undvære **kød** i forhold til at kunne redde menneskeliv?).

? vi kan ikke sætte os til at vente på, at andre gør noget ved det (det har vi vist desværre ikke tid til).

? vi er 'meddelagtige' i kraft af eksterne virkninger af vores forbrugsmønstre (den kan vi vist heller ikke løbe fra).

Gab, en omgang politisk korrekthed. Man kan næsten se den sure, politisk korrekte veganer for sig. Men igen, hvad hvis nu manden har ret, hvad hvis nu vi er forpligtet på at tage ansvar, dér foran køledisken? Indtil jeg læste Jonathan Safran Foers bog Om at spise dyr (2009), troede jeg nok - uden at have reflekteret synderligt over det - at vegetar ikke var noget, man kunne vælge, men noget der nærmest lå i generne. Som noget medfødt, og helt sikkert som en slags uheldig brist. Jeg har egentlig altid haft lidt ondt af vegetarer. Der var på en eller anden måde noget snerpet og sammenbidt over dem. Her, tag nu for helvede en bøf og lad være med at være så kedelig.

Men måske er vinden ved at slå om i stiv modvind.

Trendforskerne mener i hvert fald, at kødspiserne står over for at blive den næste forfulgte minoritet efter rygerne, med dertil hørende offentlig prygl og isolation.

Kort sagt vil det inden for en overskuelig fremtid være hot at være vegetar. Lige nu kan det måske være svært at forestille sig, at det vil være lige så socialt stigmatiserende at sætte en argentinsk oksebøf til livs, som det længe har været at tænde en smøg.

Spis en porre

Danskerne er det mest kødspisende folk i hele verden, vi overhalede amerikanerne midt i 90'erne, og gennemsnitsdanskeren når i løbet af et liv at sætte flere tusinde dyr til livs. Men helt ærligt, er der noget galt i det? Og har vi mennesker ikke spist **kød**, lige siden rudekongen var knægt og gik med stenøkse? Og uha, mærker man ikke de puritanske vinde fra de frelstede veganer-hippier med al deres hår i maden og livsfjendtlige indstilling til alt, hvad der er sjovt her i tilværelsen? Det er et faktum, at en betragtelig del af vores udledning af klimaskadelige gasser vil kunne nedbringes ved en omlægning af vores kostvaner.

»Red klimaet - **spis** en porre,« som det hedder i antologien fra Det Ethiske Råd. I antologien kan man desuden læse, at danskernes kødforbrug er steget med 70 procent siden 1980, at CO₂-udledningen fra produktion af et kilo oksekød svarer til 150 kilometers kørsel i bil, og at de samlede udledninger af drivhusgasser fra landbruget er anslået til 17-32 procent.

Eftersom oksekød er det mest klimafjendtlige fødevareprodukt, er det måske ikke helt så latterligt at få indført en beskatning af metan- og lattergasudledninger? Forslaget vakte i sin tid hån, spot og latterliggørelse, for er det ikke bare for langt ude at beskatte køernes prutter? Ha ha, og hvor er det bare sejt sagt. Ligesom at vegetarianer trænger til en bøf og feminister til pik. Men i virkeligheden er den slags rygmarvsreaktioner hos de livsglade kødspisere udtryk for en manglende evne til at tænke mod strømmen, mod vanen og mod vores egen egoisme.

Klaus Rifbjerg har engang udtalt, at kulturradikalismens særkende er dens evne til - i fornuftens tjeneste - at tænke på tværs af sædvanen og meningsmålinger, altså også at forestille sig og foreslå det umulige. Og ja, engang var slaveri og kvinderøgt lige så accepteret, som at to plus to er fire, og personligt er jeg ikke i tvivl om, at kommende generationer en dag hovedrystende vil stille os til ansvar: »Det er sgu da løgn, mishandlede I virkelig dyr på den måde, og åd I virkelig **kød** alle ugens syv dage? Hvad fanden havde I gang i?« Måske man bare skulle blive vegetar, inden naboen bliver det og det bliver total mainstream - eller bare inden Jorden går under.

Morten Lassen er cand. mag.

i Litteraturvidenskab.

Underviser i dansk og historie på Københavns VUC.

KRONIK@INFORMATION.DK

- En tur i supermarkedet er en tur gennem en lang række etiske valg. Så længe der ikke eksisterer en kollektiv strategi, er det op til den enkelte at forvalte ansvaret og f. eks. lade være med at købe **kød**, mener dagens kronikør. FOTO: KLAUS BO CHRISTENSEN/SCANPIX

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådgivningsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Fiskeriets Wall Street har snart dræbt den sidste tun

21. august 2010, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 8, MALIN SCHMIDT..., 3008 ord, Id: e225db39

Verden har fået smag for sushi og tunens røde **kød**. Konsekvensen er, at bluefintun, den største og mest eksklusive af tunarterne - den der kan veje flere hundrede kilo og bliver solgt til flere 100.000 dollar på det japanske marked -er ved at forsvinde. Først fiskede vi torsk, til der ikke var mere, nu er vi ved at gøre det samme med tunen.

Henter billede...

Det er i begyndelsen af juni. Det er tunfi-skesæson, helikopteren fra Greenpeace slår et skarpt sving over det turkise hav nogle sømil uden for Maltas sydlige kyst. Et kamera i helikopteren filmer Greenpeace-skibene Rainbow Warrior og Arctic Sunrise, der nærmer sig et af de skibe, der indhenter bluefintunen - en af havets hurtigste fisk.

Aktivisterne nede på Greanpeaceskibene råber i megafonerne. »Det er en fredelig operation,« gjalder det til tunfiskerne på den maltesiske fiskerbåd Jean Marie Christian VI. Skibet har et gigantisk net på slæb. Det er det net, der er aktivisternes mål. Her svømmer kongen af tun, som japanerne kalder den. Det er bluefintunen, der kan blive op til to og en halv meter lang og veje op til 400 kilo, den største af de mere end 40 tunarter der findes. Det er tun, man bliver rig af. Det net, Jean Marie Christian VI har på slæb, kan fange en hel stime af tun på én gang, op til 3.000 fisk.

100.000 dollars kan en enkelt af dem indbringe på fiskeriets Wall Street, Tokyos fiskemarked Tsukiji, det største fiskemarked i Japan, hvor indkøbere byder på tun til verdens bedste sushirestauranter. Fiskene bliver fløjet ind i store trækister og bliver lagt på række, så indkøberne kan klemme på fisken, rulle en lille bid af dens **kød** mellem fingrene for at afgøre dens fasthed, dens konsistens, dens kvalitet og kigge ind i dens bug for at se,

hvor fed og hvor rød den er. Jo federe, jo bedre. Jo federe, jo bedre otoro-sushi, verdens mest eksklusive stykke sushi.

Det er det, episoden mellem aktivister og fiskere denne junidag uden for Maltas kyst handler om. Greenpeace-aktivisterne vil redde den truede bluefintun. Fiskerne vil have forretningen til at køre. Greenpeace har lyttet til estimerne om, at 80 procent af bestanden af tun i Middelhavet er forsvundet i løbet af de seneste 50 år. Fiskerne mener, at rygterne om bluefintunens død er vildt overdrevne.

»Det er en fredelig operation,« lyder det i megafonerne igen, mens fiskerbåden fortsætter mod den fiskefarm, hvor tunfi-skene skal fedes op i et halvt til et helt år så de bliver store nok til Tsukiji-markedet.

Syv Greenpeace-gummibåde bliver sat i vandet. Helikopteren kredser hen over aktivisternes hoveder. Mandskabet ombord vil forsøge at skubbe nettet ned i den ene side. De har taget sandsække med, som de vil smide ned på nettets kant, så de tun, der er fanget indeni kan undslippe. Hvis de kan, vil de sende dykkere ned som skal skære hul i nettet. Men noget går galt.

Verdens smag for sushi

I årevis har man talt om bluefintunens død.

Allerede i 1996 satte man den på IUCN's røde liste over truede dyrearter som ekstremt truet, alligevel blev man ved med at fange den.

»Situationen kan sammenlignes med året før bestanden af torsk i Atlanterhavet kollapsede,« sagde den canadiske forsker Dan Pauly fra universitetet i British Columbia til New Scientist for nylig.

Der er sket for lidt for at redde den, mener både miljøorganisationer, forskere og hollywoodstjerner som skuespilleren Charlize Theron, sangeren Sting og modellen Elle Macpherson, der sidste år truede den verdenskendte kok Nobu Matsuhisa med at boykotte hans eksklusive restauranter i London og New York, hvis han ikke tog den truede fisk af menuen.

I dag mener man, at den vestatlantiske bestand er nede på fem procent af den oprindelige bestand, lige som CCSBT - Commission for the Conservation of Southern Bluefin Tuna har slået fast, at bestanden i Stillehavet nu er nede på fem procent, mens den østatlantiske, der yngler i Middelhavet, er nede på omkring 20 procent.

Paul Greenberg, der er journalist for blandt andet New York Times og netop er udkommet med sin bog Four Fish, der handler om de fire store spisefisk havbars, laks, torsk og tun, har fundet forskningsmæssigt belæg for, at der kun er 9.000 af de så kaldte '

megabreeders' tilbage af den vestatlantiske tunfiskebestand - det er tun på mere end 120 kilo og ældre end 12 år, og som er de fisk i bestanden, der driver reproduktionen.

»At spise et stykke af en 250 kilo stor bluefintun er sammenligneligt med at køre Hummer,« siger Greenberg og påpeger, at bestanden er yderligere presset, på grund af BP's olieudslip i den mexicanske golf.

»Udslippet har gjort situationen endnu mere desperat. Den vestatlantiske bluefintun lægger sine æg i den mexicanske golf, og olieudslippet skete lige netop, da den var ved at yngle, så der er en stor risiko for, at vi har mistet de fleste af dens æg i 2010.

Det er i forvejen en meget, meget presset population.« For verden har fået smag for sushi og tunens røde **kød**. Du kan ikke komme uden om tunens skønhed, mener Greenberg.

Den måde et rødt stykke tun ser ud på en tallerken giver den samme tilfredsstillelse som et godt stykke rødt **kød**. En tilfredsstillelse, der afspejler sig i tallene. Det største svind i bestandene er sket i perioden fra 2002 til 2007, samme periode, som sushi for alvor slog igennem i verden, fastslog Advanced Tuna Ranching Technologies i en rapport i 2009, hvor man analyserede al den bluefintun, der stammer fra tunfiskefarme i Middelhavet og som blev solgt på auktion i Japan fra 2008 til 2009.

»Mit synspunkt er, at bestandene kollapsede i 2007,« skriver Robert Mielgo, der i 80'erne og 90'erne selv var en del af tun-fiskeindustrien. I dag skriver han rapporter om den, som en slags whistleblower.

»De 61.000 tons som blev dokumenteret i de officielle tal i 2007 var dobbelt så meget, som de lovlige kvoter fastsat af EU-nationer og ICCAT (Commission for the Conservation of Atlantic Tunas), fire gange så meget, som forskerne mente var forsvarligt, og seks gange så meget som ICCAT's egne forskere havde fastlagt som det, der var nødvendigt for at bestanden skal kunne komme sig.« Fra de danske farvande forsvandt bluefintunen i 50'erne og 60'erne. Nu får fiskegrossist Claus Johnsen, der står for salget af tun til de københavnske restauranter og fi-skebutikker, måske to bluefintun fra Stillehavet ind om året - det er små tun på cirka 25 kilo.

»Bluefin er ubetalelige på det danske marked,« siger Claus Johnsen, der en tilfældig tirsdag morgen har solgt omkring et ton tun - yellowfin, bigeye og den mindre sort Kingfish. Det bliver til cirka tre ton om ugen.

»I det hele taget har handlingen af tun været problematisk over en årrække,« siger Claus Johnsen, der får sine tun fra Sri Lanka. De er fanget med så kaldt long line, hvor man sætter otte til 10 kilometer line.

»Det er langt mere skånsomt end med net, hvor handlingen af tun ofte bliver miserabel. Den bliver mast og stødt, og desuden får du en masse bifangst. Det er bestemt ikke skånsomt,« siger han.

Tunkrigen

Syd for Malta er fiskernes skibe hurtige. De jagter aktivisternes gummibåde gennem det turkisblå hav, den ene gummibåd bliver kørt ned. »Mayday,« råber fiskerne i deres radioer. »Vi bliver angrebet af pirater.« Snart får de hjælp af andre tunskibe, der befinder sig i nærheden. Aktivister falder i vandet, en af dem sidder fast i noget, der senere skal vise sig være en krog, der har spiddet hans ben. Han bliver slæbt gennem vandet. Det er alvor. Tunfiskekrig, som Times of Malta senere skriver i en artikel.

Green peace bliver nødt til at afbryde sin mission. Jean Marie Christian VI kan fortsætte med sit bytte til tunfiskefarmen på Malta.

»En af vores aktivister blev alvorligt såret, han er stadig på krykker. Vi mistede to af vores gummibåde, dem skar fiskerne i stykker med deres knive,« siger Oliver Knowles, der var Greenpeaces kampagneleder ombord på Rainbow Warrior, skibet, der i 80'erne blev berømt for at forsvare hvalerne, men i dag fortsætter kampen for tunfiskens overlevelse.

»Det var en anspændt situation. Vores fredelige aktion blev mødt med vold. Vi var derude for at gøre opmærksom på, at den atlantiske bluefintun er ved uddø som art. Populationen er absolut deformeret på grund af årelangt overfiskeri. 80 procent af populationen er forsvundet fra vores have for altid, og selv om man stoppede fiskeriet i dag, er det usandsynligt, at bestanden vil komme sig.« Men fiskerne mener, aktionen var alt andet end fredelig. Raymond Bugeja, der ejer Jean Marie Christian VI og en af de fem tunfiskefarme på Malta, mener ligefrem, den var kriminel.

»Det, der skete, er fuldstændig uhørt i vores moderne verden; at nogen, der protesterer i fredens navn tager ud med knive og ødelægger privat ejendom og fisk, der er fanget fuldstændigt lovligt i forhold til EU og ICCAT-reguleringer. Det er uacceptabelt.

Det er første gang, mit firma har oplevet at blive udsat for kriminelle handlinger som disse,« siger Raymond Bugeja, der opregner omkostningerne: 23.000 euro for skader på net og materialer, mens en af hans dykkere blev såret af et anker fyldt af lange, skarpe blade, der blev smidt ud fra en Greenpeace-båd. Det kunne have været værre, siger Bugeja. Fiskene kunne være blevet kvalt, flere mennesker kunne være blevet såret. Men det var slemt nok.

Fiskesæsonen blev afbrudt

»Vi har flyttet os fra en krig om ord til en krig med fysiske overfald på tunfiskenet og besætninger,« skrev Times of Malta bagefter i en leder. Ikke kun på de fiskerbåde, der var

ude for at fange tun, men også på tunfiskefarmene var der fysiske angreb på både materiel og medarbejdere.

»Vi må bruge alle de lovlige metoder, vi har, for at beskytte fiskernes rettigheder.

Det kunne inkludere fysisk beskyttelse ydet af vores militære styrker mod ethvert skib, der angriber vores materiel og folk,« skrev avisen om situationen.

Både Greenpeace og Sea Shepherd Conservation Society har i år sendt skibe ud for at blokere tunfiskeriet. Seks sammenstød har der været mellem miljøorganisationerne og kommercielle fiskere fra Malta, Tunesien og Frankrig i løbet tunfi-skesæsonen i Middelhavet, hvortil bluefintunen kommer hver sommer for at yngle.

Sæsonen skulle egentlig have været fra den 1. til den 15. juni, men EU afbrød den allerede den 9. juni, fordi man mente, at EU-medlemslandenes fiskere allerede havde fanget de kvoter, de måtte.

»Grunden til at vi må lukke fiskeriet for i år skyldes, at vi må beskytte den sårbare population af bluefintun, så den kan få lov til at hvile,« sagde Maria Damanaki, fiskerikommissær i EU-kommissionen.

Redningsaktionen i Doha

Man har forsøgt at begrænse fiskeriet af bluefin-tun. Alene Maltas kvote blev reduceret fra 331 ton i 2008 til 161 ton i 2010, mens CCSBT, der fastsætter kvoter for tunfangst i Stillehavet er gået med til at reducere kvoterne med 20 pct. i 2011. Et halvhjertet forsøg, mener man i Greenpeace.

»Vores europæiske politikere forsøger at redde deres egne fiskeflåder. Det er en politisk fadæse, der har gjort, at man ikke har kunnet modgå det kommercielle pres, der har efterladt bestanden i sådan en desperat forfatning,« siger Oliver Knowles fra Greenpeace i Storbritannien: »Forskere har vist, at den eneste anstændige kvote for bluefintun er nul.« I foråret forsøgte man da også i FN-regi at få bluefintunen ind på the Washington Convention of International Trade in Endangered Species også kaldet Cites - den berømte liste, der også omfatter det hvide næsehorn og kæmpepandaen.

Forslaget om at stoppe fiskeriet af bluefintun i en periode og dermed give den et så kaldt reproduktivt momentum blev fremsat af Monaco godt bakket op af indflydelsesrige lande som Storbritannien og USA.

Alligevel lykkedes det ikke. Japan, der har de største interesser, var imod, for Japan importerer 80 procent af den bluefin-tun, der fanges. Det lykkedes at mobilisere nok modstand mod at få tunen erklæret udrydningstruet sammen med lande som Libyen, Egypten og Zambia. Japanerne havde åbenbart været så sikre på, at fiskeforbuddet ikke

ville gå igennem, at de blot få timer før Doha-mødet serverede bluefintuns-sashimi for gæsterne på den japanske ambassade i Qatar. En uskyldig kulturel begivenhed, kaldte japanerne det. En rendyrket provokation, sagde man der, hvor man helst så tunen fredet.

»Idioter. Tumper. Halvhjerner. Der er ingen ord, der helt fanger dumheden i, hvad der lige er sket i Doha,« skrev Guar -dians miljøskribent George Monbiot i en artikel, der også blev trykt i Information efter det mislykkede forsøg på at frede tunen i en periode. Men selvfølgelig, fortsatte han, dumheden bygger på et simpelt regnestykke: »Jo sjældnere tunen bliver, desto højere bliver prisen. Så snart fisken er udryddet, kan investorerne lægge deres gigantiske profitter ind i en ny industri. Det giver perfekt økonomisk mening. Det chokerende ved det hele er, at de nationer, som har til opgave at regulere de slyngler, har givet dem lov.« Grunden til, at det ikke lykkedes at få bluefintunen på Cites-listen er, at den stadig er for almindelig, lyder analysen fra Paul Greenberg.

»Bestandene er drastisk reducerede, men de er stadig ikke på linje med eksempelvis amerikansk bison, som der måske er nogle tusinde tilbage af i USA. Måske er der millioner tun tilbage, men det er stadig et meget lille antal, sammenlignet med efterspørgslen.

Hvis man fiskede alle de bluefintun, der er tilbage i den vestatlantiske bestand, ville hver indbygger i New York City få en enkelt lille bid eller to. Det er, hvad der er tilbage,« siger Paul Greenberg, der ikke mener, at man betragter fisk på samme måde som pattedyr.

»Vi har ikke samme empati, for den, som med eksempelvis hvalen eller pandaen.

Vi har en tendens til at se fisk som mad. Tænk bare på vores sprogbrug - havets frugt, havets gaver, alt godt fra havet, det er, hvad vi kalder fisk-og skaldyr.«

Den dyreste fisk

For 10 år siden, var de fleste bluefintun på det japanske marked voksne fisk på 120 kilo eller mere. Nu er hver tredje fisk under lovlig størrelse. Noget, der endda vækker bekymring blandt de japanske tunsælgere, der helst vil undgå at sælge små fisk.

»70 procent af den bluefintun, der blev solgt på det japanske marked fra 1. juli 2008 til 1. maj 2009 vejede under 90 kilo. Hvis analysen af det japanske auktionsmarked svarer til, hvad der er tilbage i havene, har vi seriøse problemer. Det betyder, at de voksne bluefintun ikke er der længere.

Hvis det er, hvad der er tilbage, vil bestandene ikke komme sig,« sagde Robert Mielgo fra Advanced Tuna Ranching Technologies i The End of the Line, en dokumentarfilm om fiskeriets konsekvenser, som havde premiere sidste år.

Men de små fisk har boostet prisen.

Hvert år har sat ny rekord på Tsukiji, og i 2010 slog man endnu en rekord; 16,28 millioner yen, 175.000 dollar for en 260 kilo tung bluefintun. Noget, der bekymrede indkøberne, der beklagede sig over, at leverancerne var gået ned med 40 pct., og priserne var gået op med 30 pct. de seneste år.

»Japanske restaurantejere er nu i åben panik over bestanden af bluefintun. De frygter, at priserne vil blive så høje, at den ikke bliver tilgængelig for almindelige mennesker, og mange tror, at det punkt er nært forestående,« skrev Sunday Times.

Fra torsk til tun

»Vi er gået fra torskens til tunens æra. Tunen er en af de sidste store fiskebestande,« siger Paul Greenberg, der mener, at tunfi-sken er en metafor for den måde, vi hele tiden har bevæget os til den næste fisk i takt med at fiskene er blevet udryddet.

»Tidligere fiskede man torsk indtil der ikke var mere. Jeg håber ikke, at det samme vil ske med tunen, den sidste store fiskebestand,« siger Paul Greenberg.

I dag fanger vi fire til fem gange så meget fisk som for 50 år siden. Per person **spiser** vi dobbelt så meget fisk som dengang, og forbruget steg støt indtil stigningen stoppede for omkring fem år siden.

»Det betyder, at der ikke er mere fisk at fange. Verdensbanken og FN siger, at verdens fiskerikapacitet er dobbelt så stor, som vi har brug for. Hvor skal fisken komme fra?« spørger Paul Greenberg, som ser jægerens jagtmønster i den måde, vi fi-sker i verdenshavene. Jægere jager en bestand, indtil de ikke kan jage den længere.

»Bluefintunen er kanariefuglen i kulminen.

Når bluefinnen forsvinder, vil vi begynde at fiske og overfiske den næste store art - først bigeyetun, så yellowfin, så albacore og skipjack.« Det der sker med tunen lige nu er symptomatisk for menneskets forhold til havet, mener han. Løbende har man bevæget sig længere og længere ud på havene, i takt med at de kystnære områder er blevet tømt for fisk. Nu er man ude på internationalt farvand. Alle de store tunarter krydser oceanerne og dermed mange forskellige nationale og juridiske zoner.

»Tunen repræsenterer næste og sidste fase, hvor vi virkelig er begyndt at fiske i internationalt farvand. På den måde er tunen en af de mest uregulerede fisk. Da torskens æra lakkede mod enden, var det også, fordi nationerne fik mulighed for at få mere magt og regulere deres farvande. Det er et af problemerne med tunen, fordi de farvande den bevæger sig i ikke helt klart kan kontrolleres og ejes.« For Paul Greenberg handler det om, hvorvidt vi ønsker at have et vildt fødevarer-system i havene, eller om vi vil udrydde de vilde fisk og erstatte dem med et system, der består af fiskefarme. Det er den beslutning, der skal træffes.

»Det er en kamp mellem den altruisme, vi ved, vi kan mønstre - og primitiv grådighed.

Tænk på, hvad der skete med den amerikanske bison og alle de andre vilde dyr på land, som vi plejede at spise. Engang var der 60 millioner bison i USA, i dag er der 100 millioner kvæg. Vi ødelagde fuldstændig det vilde fødevarer-system og erstattede det med et, der bestod af husdyr.

Min bekymring er, at vi er på vej til at gøre det samme med verdenshavene.«.

mal@information.dk

Vores europæiske politikere forsøger at redde deres egne fiskeflåder.

Det er en politisk fadæse, der har gjort, at man ikke har kunnet modgå det kommercielle pres, der har efterladt bestanden i sådan en desperat forfatning — OLIVER KNOWLES, GREENPEACE Vi er gået fra torskens til tunens æra. Tunen er en af de sidste store fiskebestande. Tidligere fiskede man torsk indtil der ikke var mere.

Jeg håber ikke, at det samme vil ske med tunen, den sidste store fiskebestand — PAUL GREENBERG, JOURNALIST OG FORFATTER.

- Guld fisk. Tokyos fiskemarked, Tsukiji, hvor indkøberne byder på tun til verdens bedste sushirestauranter. Igen i år slog den truede bluefintun prisrekord med 175.000 dollar for en fisk på 260 kilo. Selv opkøberne er bekymrede - over nedgangen i tun og prisernes himmelflugt. Foto: Paul Dymon/ Polfoto
- Ubetalelig. Bluefintunen er blevet for dyr til det danske marked, siger fiskegrossist Claus Johnsen, der får sine fisk fra bæredygtig fangst i Sri Lanka. Foto: Sofie Amalie Klougart
- Tre ton. Johnsen Fisk leverer omkring tre ton tun om ugen til københavnske restauranter og fiskehandlere. Yellowfin, bigeye og kingfish - ingen af dem er truede Foto: Sofie Amalie Klougart

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne

Danmark ved aftenstide

26. november 2010, Information, Sektion 2 (Bøger), Side 16, Bent Vinn Nielsen..., 892 ord, Id: e250181e

Primetime. Når maden kommer på studiebordet, så bliver de ét kød, et fælleskød, der siger uhm. Det smager godt, siger de. Det er Danmark ved aftenstide, det er Aftenshowet, det er uhm.

Henter billede...

Uhm, siger de i Aftenshowet, programmet der kommer på DR1 lige før tv-avisen klokken 18.30. Det er aldrig lykkedes mig at se hele programmet, men nok afrundingen, hvor værter og gæster samles om at spise den mad, dagens kok har frembragt. Uhm, det smager godt, lyder det. Værterne er nogenlunde de samme hver gang, gæsterne er selvfølgelig forskellige.

Det kan f. eks. være en prøveløsladt sædelighedsforbryder, en politiker med en tocifret IQ og en suppe, steg og is-forfatter, der har udgivet endnu en bog om absolut ingenting.

Vidt forskellige mennesker, altså, men udover tv-egnheden har de nu også noget andet tilfælles. Nemlig glæden ved god mad, uhm. Når maden kommer på studiebordet, så bliver de ét **kød**, et fælleskød, der siger uhm.

Det smager godt, siger de. Det er Danmark ved aftenstide, det er Aftenshowet, det er uhm. De retter, der serveres, kan være sære og udenvældske, helt ovre fra Asien, om det skal være, men der er også plads til gode, gedigne danske serveringer som den fromfoldige karbonade, der får én til at mindes sin barndoms lørdage med tak for mad og afsluttende ærtebøvs.

Det var dengang folk spiste omtrent det samme, høj som lav, land såvel som by. Det samme og det samme. I boligkarreernes opgange, i villaer og bungalower, på gårdene og i små landarbejderhuse. Det samme og det samme. Mandag var restemad fra søndagsstegen, tirsdag var almindelig fiskedag, onsdagen er der ingen, der kan huske, men på de andre ugedage var der plads til frikadellen, medisterpølsen med rødkål, hakkebøffen og stegt flæsk med persillesovs, alt efter sæsonen og de andre hjemmegående husmødres madindkøb. Man tilstræbte det samme og det samme. Ve den landhusmoder, der så meget som tænkte på at servere flæskesteg for mand og børn på en almindelig hverdagsaften. Mage til hovmod og væren på tværs af sæd og skik!.

Kun rulleteksterne overlevede

Fænomenet var skam internationalt. Det samme og det samme på middagsbordet på de samme ugedage, kun varieret efter årstiden og det fælles indkøbsmønster. I Frankrig må søndagen have været suppens dag. I alt fald var filminstruktøren Buñuels bidrag til en film om de syv dødssynder, hvor syv instruktører beskrev hver sin synd, en historie om vreden. Den beskrev, hvordan franske mænd gik i horder gennem franske byer, mere og mere edderspændt rasende, fordi det, der ventede dem efter søndagspromenaden, var søndagssuppen. De var rent ud så forbandede, at Buñuels afsnit af filmen, der heldigvis samtidig var dens slutning, simpelthen endte med at hele jordkloden, intet mindre, eksploderede. Det absolut eneste, der blev tilbage af livet på jorden, var rulleteksterne. Så vildt går det ikke for sig i Aftenshowet. Hvis der skulle have været surhed eller uenighed i den del af programmet, som jeg aldrig har fået set, er den for længst blevet bilagt, når man når så langt som til tallerknerne og kokkens gode mad. Uhm. Der stilles et øjeblik om til Klaus Bundgård Povlsen, der lige fortæller lidt om den kommende tv-avis' nyheder. Det lyder spændende, kan man tænke, eller det lyder vel nok kedeligt. Det er, som det er, det kan ikke være underholdning alt sammen, og Klaus Bundgård Povlsen er under alle omstændigheder uskyldig. Han er bare Mr.

News, en slægtning til Budbringeren. Hvis der er nogen, der skulle skydes, er det ikke ham. Når han har sagt, hvad han nu har at sige, stiller han pænt og ordentligt tilbage til Aftenshowet, hvor fødeindtaget, uhm, er i fuld gang. Der **spises** stående, værterne er travle folk, der også skal nå at fortælle, hvad den senere udgave af programmet har at byde på af interessante gæster. Hvad de nuværende gæster angår, så er de alle sammen af typen, der skal videre. Den prøveløsladte sædelighedsforbryder skal ud og begå nye, medieegnede forbrydelser, den tocifrede venstremænd skal tilbage til Borgen, hvor han vil gøre alt, hvad han kan for at ligne én, der er 800.000 kr. værd om året. Forfatteren, der har præsenteret sin nye bog om ingenting, skal hjem for at skrive en rasende kronik om, at kunstfondens midler uddeles efter elitære principper, der på ingen måde tilgodeser, nærmest groft tilsidesætter, de mest populære og rigeste blandt suppe, steg og is-forfatterne, som vel trods alt er dem, forlæggerne kan takke for den stigende omsætning i bogbranchen.

Hos fam. Nielsen i Nykøbing F. har fru Ida Rosa og den besøgende vegetardatter truffet alle nødvendige beslutninger mht. menuen.

Uhm, siger husfaderen, mens han - siddende, for han er mageligt anlagt - sætter tænderne i auberginekarbonaden m. risfyld og minimajs.

Da han rejser sig fra bordet, idet han tungt sætter sig i sofaen, har han utilbørlige kødspiserfantasier, men lad nu det ligge. Han tænder for familiens fjernsynsapparat af mærket Philips. Han vil gerne se tv-nyhederne, han holder af at tænke på sig selv som et menneske, der orienterer sig om, hvad der sker i verden, men først skal det sidste af Aftenshowet lige overstås. Mens han sidder og kikker på spisningen, får hans rige indre forestillingsliv ham til at tænke på, hvordan det mon må føles at være den lykkelige ejer af en kanon. Bare en lille én. Hvis han havde én, er han ikke i tvivl om, hvad han ville bruge

den til. Han ville rette den mod sine fyrre eller halvtreds tommers fladskærm og fyre den af lige ind i Aftenshowet. Ha! Eller ikke sådan rigtig Ha. Mere sådan: uhm!.

kultur@information.dk

- Illustration: Ib Kjeldsmark

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Kaisekikøkkenet

📅 5. juni 2010, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, KATRINE KLINKEN..., 736 ord, Id: e20b0f90

Et japansk måltid, der ikke handler om sushi Værs'go' og spis.

Henter billede...

Uden for Japan er japansk mad mest kendt for sushi og til dels sukiyaki - en ret af grøntsager og oksekød, der tilberedes i en suppe ved bordet. Mindre kendt er de klassiske japanske måltider.

Et særligt forfinet japansk køkken er kaiseki, der bygger på stærke traditioner, og som både æstetisk og ernæringsmæssigt er gennemarbejdet til punkt og prikke. Traditionen udspringer af teceremonier: sado, der var knyttet til templerne.

Her begyndte man i 1500-tallet at servere små snacks før den koffeinholdige grønne te matcha. Ordet kaiseki består af de to ord 'kai', der betyder bryst, og 'seki', der betyder sten. Munkene havde for vane at bære varme sten i tøjet på brystet for at lindre den værste sult.

Kaiseki-måltider er lette og har over tiden udviklet sig til at være omfattende med mange små retter med rå fisk, suppe, tofu, grillet eller dampet fisk, små skåle med pickles og ris. Der er mange variationer, men **kød** bruges kun sjældent eller i små mængder. Til maden

serveres lidt risvin sake og forskellige slags grøn te og afslutningsvist matcha (pulveriseret grøn te). Måltiderne serveres i dag på restauranter kaldet Kaiseki-ryori og visse ryokans, traditionelle japanske kroer.

Kaiseki er sæsonbaseret. Lige nu serveres f. eks. friske bambusskud, frisk wasabi (den grønne japanske peberrod), rå søpindsvin, 'bregneskud', krydrede friske shiso-blade og spiselige blomster fra yuzu, der er en helt særlig bitter og aromatisk citrusfrugt. Med hensyn til servicet er tallerkener, skåle, fade m. m. tilpasset sæsonen i farver og facon.

At nyde et kaiseki-måltid til aften eller en mindre udgave til frokost, omakase, er en stor oplevelse, der mætter og tilfredsstiller krop og sjæl på en udsøgt og behagelig måde. På de helt klassiske kaisekiluksusrestauranter **spiser** man på en pude på tamati-måtter på gulvet i et aflukket privat rum, der arkitektonisk er stramt og smukt i sin enkelhed. På denne tid af året er der ofte pynt, et med blå iris, der er i sæson. Hele måltidet serveres af den samme kvindelige tjener klædt i kimono.

Der er også moderne restauranter, der serverer de smukke måltider, hvor man kan få lov at sidde på en stol. Et traditionelt 100 procent gennemført kaiseki-måltid kan næppe nydes andre steder end i Japan, hvor der også er regionale forskelle på, hvordan det laves. At spise mange retter med forskellige ingredienser og smage giver en anden mæthedsfornemmelse, der forebygger forkert spisning mellem måltiderne. I hjem me - køkkenet kan man næppe overkomme at servere helt så mange retter, men filoso-fien bag kaiseki-køkkenet kan bruges til inspiration til enkle og fine, velsmagende og sunde måltider med vores egne råvarer i sæson. Importerede madvarer med god holdbarhed som f. eks. god sojasovs og tørret tang kan give fin japansk smagsprofil og variation i maden.

Sojastegt makrel med agurker i syltet ingefær med krydderurter 4 små portioner

4 små makrelfileter 2 tsk. olie 2 tsk. god sojasovs eller tamari 2 tsk. citronsaft 0,5 agurk 2 spsk. sushi-ingefær (eddikesyltet ingefær) 2 spsk. blandede krydderurter: purløg, bronzefennikel, dild m. m.

Tilbehør: friskkogte ris eller nykogte nye kartofler Skyl hurtigt fisken i iskoldt vand. Dup den tør med køkkenrulle. Skær hver makrelfilet ud i to stykker.

Steg makrellerne på skindsiden i varme olie ved god varme. Hold fisken nede med en palet, så skindet bliver sprødt.

Kødet skal være lige netop gennemstegt, fast i konsistensen og farven skiftet fra rødlig til lysere. Krydr med en blanding af sojasovs og citronsaft.

Skræl agurken, og skær den i tynde skiver. Bland med sushi ingefær, lidt af eddikelagen og friskhakkede krydderurter. **Spis** evt. ris eller kartofler til eller bagefter evt. med

japanske pickles.

Krabbekød med wakame-tang 4 små portioner

200 g krabbekød fra f. eks.

kongekrabben (optøede) eller taskekrabbe 20 g wakame tang (fås tørret bl. a. i helsekostbutikker) 75 g shiitakesvampe eller andre svampe 2-3 tsk. citronsaft 1 tsk. friskrevet peberrod eller wasabi (japansk peberrod som fås som pulver eller på tube) Kog kongekrabbe i vand tilsat 2 spsk.

groft salt pr. liter kogelage. Kog 8-10 min. i tre gange så meget vand som vægten af krabberne. Store kløer skal koge lidt længere. Lad krabbestykkerne trække ca. 15 min. i kogelagen. Klip skallerne op, og pil **kødet** ud.

Hæld kogende vand på tangen og lad den trække ca. 10 min. Hæld iblødsætningsvandet ud. Hak evt.

tangen groft. Steg skiver af svampe på en tør pande og bland citronsaft med peberrod eller wasabi. Bland det hele sammen og smag til med salt.

modernetider@information.dk

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Anm: Mere godt end bare surt

9. oktober 2010, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, Værs'go' og spis AF KATRINE KLINKEN..., 733 ord, Id: e23ab7b3

Eddike er ikke længere bare eddike. Det er smagsforstærker, aroma og sanseindtryk.

Tilsmagning med citronsaft og god eddike er godt til at løfte en smag og derfor en smagsforstærker som f. eks. salt. Ud over det sure giver god eddike en række smagsindtryk og aromaer fra den frugt eller vin, den er lavet på.

Eddike opstår spontant i overmoden frugt, der har det så varmt, at det begynder at gære. Naturlige gærsvampe på overfladen omdanner frugtens sukker til alkohol. Andre eddikesyrebakterier kan spontant omdanne alkohol til eddike, som kan være meget sur. God eddike er fremstillet ved en styret proces. F. eks. tilsættes vin renkulturer af eddikesyrebakterier - populært kaldet en eddikemoder, da bakterierne deler sig, så man kan tage nogle af dem fra og med dem lave sig en ny portion. For at lave god eddike skal der tilføres tilpas med ilt og løbende mere alkohol.

Der er grundlæggende to slags eddiker, de rene 'sure' eddiker og de 'søde' ofte balsamiske eddiker. En balsamisk eddike er tilsat sød inddampet frugtsaft, og ofte modnet på træfade, der giver mere aroma og sødme.

Man har eddike i alle dele af verden, hvor man har haft råvarer til at lave alkohol: ris i Asien, korn og æbler i dele af Europa og Amerika, malt i England, vin verden over. Herhjemme har man traditionel lavet en neutral lagereddike af roer.

Den dyre italienske aceto balsamico er lagret helt op til 25 år på en serie af træfade efter en særlige metode. Den bliver tyk som sirup og kan smage supergodt til kraftige salte oste som lagret parmesan, grønsager og desserter som friske bær, cremet is og andre desserter. Balancen mellem syre og sødme hælder på grund af den lange lagring mod det søde.

I mange år har vi herhjemme mest brugt masseproducerede eddiker fremstillet på finsprit eller billig frugt tilsat sukker og vand. Men der har igennem de sidste 20 år været en stor import af vineddiker og balsamiske eddiker. Nordhavn Eddikebryggeri er det første mikroeddikebryggeri i Danmark. Et projekt, Andreas Harder og Claus Meyer står bag.

De har i flere år lavet bl. a. æble-og kirsebæreddike af lokale råvarer, og planerne er at udvikle eddike på flere slags frugt og bær som solbær, pærer - og grønsager som ærter, svampe samt malt og honning.

2-3 hornfisk i filet eller 8-10 høstsild i filet, ca. 750 g 3 spsk. groft rugmel 1 tsk. groft salt friskkværnet peber 2-3 spsk. smør Lage: 125 g sukker 2,5 dl æblecidereddike 1 dl æblemost 1 håndfuld krondild (12-15 skærme) 200 g græskar uden kerner, f. eks.

hokkaido 200 g danske syrlige æbler, f. eks.

filippa Tilbehør: Fintsnittede friske porrer eller løg, dild og godt rugbrød Klip finnerne af fiskefileterne og skær eventuelle små ben væk. Skyl fileterne hurtigt i koldt vand og skær dem over på tværs i stykker ca. 10 cm's længde.

Bland rugmel med salt og peber og vend fisken heri.

Varm smørret på en pande, til det er lysebrunt. Læg fisken på panden og steg ved middelstærk varme i ca. 3 minutter på hver side.

Marinade: Smelt sukker til karamel i en pande. Tilsæt æblecidereddike og æblemost med krondild. Kog til ensartet konsistens.

Vask og flæk græskar, fjern kerner og skær i tynde små stykker. Lad dem koge ca. 5 min. i lagen. Tilsæt små stykker skrællet æble de sidste 2 min.

Lad lagen køle lidt, og læg den stegte fisk i skålen. Lad den trække til næste dag eller op til to døgn i køleskab.

Skær tynde ringe af porrer over de marinerede efterårsfisk, der med fordel kan lunes lidt, og **spis** med godt rugbrød og dild til.

Porrevinaigrette (4 personer) 8 små porrer Vinaigrette (olie-eddikedressing): 1 spsk. stærk dijonsennep, evt. grov 2 spsk. hvidvinseddike 1/ 2 dl ekstra jomfruolivenolie eller en god nøddeolie 2 hårdkogte æg 1 spsk. kapers 1 bundt bredbladet persille salt og friskkværnet peber Snit et stykke ned i den hvide del på porrerne og rens dem helt fri for jord.

Kog porrerne godt møre i let saltet vand, ca. 10 min. Lad dem dryppe godt af på et rent viskestykke.

Bland dressingen af sennep med eddike, olie, hakkede æg, kapers og skyllet hakket persille. Krydr med salt og peber.

Hæld dressingen over de nykogte evt.

lune porrer. **Spis** til bagt fisk, kogt og stegt **kød** af alle typer eller blot med nykogte kartofler eller brød til.

modernetider@information.dk

Stegte efterårsfisk marineret i æblecidereddike med græskar og æble (6-8 for-eller frokostretter).

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Mad med barndomsminder

8. maj 2010, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, KATRINE KLINKEN..., 721 ord, Id: e200ce52

Evnen til at værdsætte den gode smag dannes tidligt Vær's go' og spis.

Vi har alle sammen minder fra barndommens køkken med oplevelser, der handler om mad, med associationer til smag, samvær, velbefindende og glæde. Der kan også være dårlige minder og oplevelser imellem, der gør, at voksne er kræsne over for ellers dejlige madvarer som f. eks. indmad, stærk ost og fisk med ben.



En god smag eller duft, man ikke har fået længe, kan sætte én tilbage til tidligere tider i ens liv. Pludselig bliver man mindet om en situation, et hus eller en stemning, man ikke har tænkt på i årevis.

For nylig spiste jeg en spegepølsemed på halvtørt groft hvedebrød med en traditionel økologisk spegepølse lavet på gammeldags vis- og var pludselig 12 år på skiferie i Norge med madpakke i fjeldet.

Hjernen har en særlig hukommelse på dette område.

Mad handler ikke kun om selve maden, der er også følelser, varme, overraskelse og glæde forbundet med den. En del af de smagspræferencer, man udvikler, er knyttet til barndommen og det, man har lært at kende tidligt i livet. En del af fundamentet og evne til at kunne smage dannes tidligt i livet. Kvaliteten af den mad, vores børn får, er derfor også meget vigtig. Hvordan skal de kunne få gode minder med mad, hvis de aldrig har fået gode smagsoplevelser.

Vi skylder vores kommende generationer gode barndomsminder med mad.

Vi skal lære dem, hvad god kvalitet er.

Det skal ikke være luksus for de få - det er alles ret - både hjemme og i institutioner, i børns hverdag, og når de er til fest.

modernetider@information.dk

Fakta: Grønne asparges

Beregn 5-7 grønne asparges pr. person som forret. Skyl kort tid i koldt vand, så aspargeseerne er fri af sand eller jord.

Bræk den nederste seje ende af. Helt friske asparges kan **spises** rå, evt. fint snittede. Det er også fint, når de har været kogt i rigeligt saltet vand et par minutter. Dryp af og **spis** dem friskkogte med lidt smør, hollandaise -sovs eller en god vinaigrette med hårdkogte æg.

Lammerullesteg med ramsløg - 6-7 personer

ca. 700 g lammeslag eller udbenet lammebryst salt og friskkværnet peber 12-15 blade ramsløg eller andre friske krydderurter Friskkværnet peber 2 spsk. olivenolie 2 dl hvidvin 2 dl vand - eller bedre, god bouillon 3-4 timiankviste Evt. 1 hvidløg i fed 1 kg blandede urter: knoldselleri, gulerod, porrer og løg Tilbehør: brød eller kartoffelmos lavet med olivenolie Fjern grove sener og hinder fra **kødet** (på indersiden). Krydr med salt og peber. Skyl blade af ramsløg, hak dem groft, og læg dem på **kødet**.

Rul **kødet** sammen, og snør det med bomuldsgarn. Varm olie i en tykbundet gryde, og brun det ved kraftig varme.

Tilsæt hvidvin og vand eller bouillon, skyllede timiankviste og hele fed hvidløg. Steg under låg ved svag varme 1,5-2 timer, til **kødet** har en centrumtemperatur på 70 grader - evt.

lidt højere. Skræl rodfrugter, og skær løg i stykker. Lad dem simre med de sidste 30 min. Retten kan også kommes i ovnen i et ovnfast fad eller en stegesko.

Det tager lidt længere tid.

Potica - 10-12 stykker

En bagt roulade med valnøddefyld fra Centraleuropa, hvor den findes i forskellige varianter. God til te og kaffe.

12 g gær (0,25 pakke) 50 g sukker 2 spsk. mælk (lunken) 125 g smør (blødt) 3 æggeblommer 1,5 dl mælk ca. 375 g hvedemel lidt salt ca. 2 tsk. olie Fyld: 125 g smør (

smeltet) 100 g honning 75 g korender eller rosiner 125 g valnøddekerner 2 tsk. stødt kanel
Smuldr gær i lunken mælk og rør sammen.

Pisk blødt smør og sukker skummende.

Tilsæt æggeblommer en ad gangen.

Tilsæt gradvist lidt mælk og lidt mel, og rør godt imellem hver, til alt mælk og mel er tilsat dejen.

Ælt dejen på et meldrysset bord, til den er blød og elastisk. Form en kugle, og smør den ind i olie. Lad dejen hæve ca. 1 time. Rul dejen ud i et stykke på 35 x 25 cm på et meldrysset bord.

Fyld: Rør smeltet smør med honning, korender eller rosiner, finthakkede valnødder og kanel. Fordel fyldet i et jævnt lag på dejen. Rul den sammen som en roulade. Læg den lange roulade i en spiral i en smurt randform.

Lad kagen hæve ca. 30 min. og bag den ca. 45 min. i 175 grader varm ovn, til den er gennembagt.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Mad og CO 2

22. maj 2010, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, KATRINE KLINKEN..., 698 ord, Id: e205f5e6

Værs'go' og spis Klimamad er flere lokale grønsager.

Klimavenlig mad er et relativt nyt begreb, men det er relevant. Omkring 30 procent af al CO2-udledning kommer fra fødevarereproduktionen, bl. a. landbruget.

Husdyr belaster klimaet mere end planter, og herhjemme **spises** enorme mængder **kød**. Men vi behøver ikke blive vegetarer eller gå tilbage til den måde, man spiste på før industrialiseringen. At spise klimavenligt er mere end blot økologi og betyder bl. a., at man **spiser** lokalt produceret og mere grønt og mindre **kød**.

Der er mange flere smags-, teksturog konsistensoplevelser i grøntsager end i **kød**. Så det er ikke kun for at være politisk korrekt eller puritansk, at det er en fornøjelse at spise mere grønt, frugt og i det hele taget vegetabilsk.

Lige nu pibler det frem, og det er tid til nye kartofler, salater, krydderurter og små spæde grønsager. Ved at spise meget af dem sammen med mindre **kød** er man med til at påvirke i den rigtige retning.

Salat med jordbær, basilikum og frisk gedeost (Til 4 personer)

500 g friske danske jordbær 1 grønt salathoved 1 potte frisk basilikum 1 lille, nyt løg eller et par skalotteløg Dressing: 2 spsk. frisk limesaft et drys salt friskkværnet peber eller knust sort peber 1 dl jomfruolivenolie 4 tynde skiver groft rugbrød ca. 150 g frisk gedeost, evt. i olie Skyl jordbærerne fri for jord i koldt vand lige før de skal bruges. Lad dem dryppe godt af. Nip bladene af, og skær store bær i mindre stykker.

Skyl salat-og basilikumblade, og lad dem dryppe godt af. Hak løget fint.

Dressing: rør lime, salt og peber sammen med olivenolie.

Bland jordbær, salatblade og basilikum med løg og dressing.

Skær hver brødske i 3-4 trekanter.

Rist dem på en tør pande eller brødrister. Kom frisk gedeost på og server til salaten.

Pizza med nye kartofler og grønne asparges - 4 stk.

Pizzadej: 25 g gær 3,5 dl lunkent vand 1 spsk. groft havsalt 0,5 dl olivenolie 200 g groft hvedemel (gerne frisktmalet) ca. 400 g hvedemel Fyld: 4 spsk. olivenolie 1 dl finthakket bredbladet persille 400 g nye kartofler + 1 spsk. olivenolie 12 grønne asparges (ca. 500 g) 200 g fast komælksost og parmesanost Smuldr gæren ud i lidt af vandet og rør, til den er opløst. Tilsæt resten af vandet, salt og olivenolie. Rør groft hvedemel i og derefter hvedemel, til dejen kan æltes. Ælt dejen, til den er glat og smidig. Lad den hæve ved stuetemperatur ca. 1 time. Kan også hæve koldt ca. 10-24 timer, men mængden af gær skal så halveres.



Ælt dejen igennem og rul den tyndt ud i 4 cirkler med en diameter på ca. 40 cm.

Pensel bundene med olivenolie og drys med fint hakket persille.

Skrub kartofler og skær dem til tynde chips. Vend dem i olie og fordel dem på pizzabundene.

Skyl aspargeserne og bræk den nederste træede ende af. Skær resten i stykker på 3-4 cm og de tykkeste i halve på langs. Fordel dem på pizzaerne og drys med de to slags ost.

Bag pizzaerne i 250 grader varm ovn ca.

20 min. evt. ad flere omgange, så ovnen ikke bliver for kold.

Rabarber, marinerede hvedekerner og sød yoghurt

125 g hele hvedekerner, evt. perlespelt 75 g rosiner 1 dl appelsinsaft Rabarberkompot: 300 g rabarber 75 g rørsukker ca. 3 spsk. flydende honning ca. 0,5 tsk. fintrevet appelsinskal 0,5 stang vanilje 250 g 10 pct. pct. yoghurt naturel (græsk type) ca. 0,5 tsk. fint revet appelsinskal Læg hvedekerner i blød i koldt vand ca.

10 timer. Perlespelt skal ikke sættes i blød. Læg rosiner i blød i appelsinsaft.

Rabarberkompot: Skyl rabarberne i koldt vand. Skær dem i stykker og læg dem i et ovnfast fad. Drys med sukker.

Dæk fadet til og bag ca. 15 min. ved 150 grader. Kompot kan også koges forsigtig i en gryde. Rabarberne kan let koge ud.

Kog hvedekernerne møre ca. 15 min.

Dryp af i et dørslag, og lad dem køle af.

Tilsæt en blanding af honning, vanilje -korn og fint revet appelsinskal. Lad gerne blandingen marinere nogle timer.

Vend de marinerede korn sammen med rabarberkompotten. Bland yoghurt med fint revet appelsinskal og **spis** det hele sammen, evt. med lidt ekstra honning.

modernetider@information.dk

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Et vigtigt opråb til forbrugerne

5. maj 2010, Information, Sektion 1, Side 14, Maria Skov..., 797 ord, Id: e1ff710e

Ny dokumentarfilm Filmen ' Food, Inc.' er en fængende doku-thriller om det, vi **spiser**. Den præsenterer et skræmmende billede af USA's magtfulde fødevarerindustri - og lader det være op til forbrugerne selv at tage magten tilbage.

'Food, Inc.' har premiere i 34 biografer landet over i dag som en del af DOX BIO, der er en biografklub for dokumentarfilm. I mange af biograferne inviterer man også til livedebat med bl.a. filmens instruktør, Robert Kenner, og direktør for Landbrug & Fødevarer, Claus Søgaard Richter. Panelet sidder i Grand Teatret, men publikum rundt om i biograferne vil få mulighed for at stille spørgsmål i løbet af debatten

I Grand Teatret i København vises 'Food, Inc.' også den 6.-12. maj. Se doxbio.dk



I USA koster en burger det halve af en buket broccoli.

Fast food er billigt, og det har ændret det amerikanske fødevarer-system.

En af konsekvenserne er, at én ud af tre amerikanere, født efter år 2000, vil få sukkersyge.

Blandt minoriteter lyder den dystre diagnose på én ud af to. Det er et af budskaberne i den Oscar-nominerede dokumentarfilm Food, Inc., der også handler om meget mere end fastfood.

De gigantiske virksomheder, som leverer råvarer til fastfood-industrien, leverer også varer til supermarkederne, og derfor er Food, Inc.

en dokumentarfilm om industrialiseringen af hele USA's fødevarer system. Og det er ikke en film for dem, som vil forblive i uvidenhed for at kunne fylde indkøbskurven op med god samvittighed.

Instruktør Robert Kenner har nemlig besluttet sig for at vise forbrugerne, hvad det egentlig er, de **spiser**; hvordan varerne på hylderne bliver produceret og hvilke konsekvenser, det har.

Majs er det nye guld Ligesom Jonathan Safran Foers bog Om at spise dyr, som udkom i USA sidste år, handler Food, Inc. om meget mere end dyrevelfærd. Den handler om illegale mexicanere, der arbejder i bakteriefyldte slagtehallen, til deres negle falder af, forbrugere, der ikke har råd til både diabetesmedicin og grøntsager (de hapser en hamburger) og en industri, som kæmper for sine patenter og produktion, som havde den hovedrollen i en mafiafilm.

Fra start til slut lever Food, Inc. op til betegnelsen doku-thriller. Den er spændende - og man vil have mere.

Filmen er bundet sammen af et hav af informationer om de få giganter, som sidder på hele USA's fødevarer industri.

Som for eksempel, at der i 1970'erne fandtes tusindvis af slagterier i USA, mens der i dag findes 13. Og tror man, at et amerikansk supermarked, som i gennemsnit udbyder 47.000 forskellige varer, tilbyder diversitet, så bliver man fælt snydt. Størstedelen af varerne bliver nemlig produceret af kun en håndfuld fødevarer virksomheder.

Et interessant fokus i dokumentarfilmen er også fødevarer industriens nye guld: Majs. Majs fylder i dag 30 procent af det amerikanske landbrug, for majs er billigt, og majs kan bruges til alt fra Coca-Cola til batterier, bleer og foder til køer. Problemet ved sidstnævnte er bare, at køers maver ikke er skabt til at spise majs, men græs.

Majs ødelægger deres tarmsystem, og risikoen for colibakterieudbrud øges, eftersom dyrene er smurt ind i afføring, når de slægtes (selv om det naturligvis er blevet et hit at rense **kødet** med salmiak).

I én burger vil der ofte være **kød** fra omkring 1.000 forskellige dyr, og så siger det jo sig selv, at risikoen for at indtage **kød** fra bare ét dårligt dyr stiger. Salmonella-og colibakterieudbrud forekommer da også oftere og oftere i USA.

Mafiatilstande

Det er beskrivelsen af sojabønne markedets mafiatilstande og de skjulte kameraoptagelser fra forholdene i de enorme slagtehallen, som gør dokumentarfilmen

speciel og virkelig vigtig.

Her støder instruktør Robert Kenner dog på et problem.

Den amerikanske fødevareindustri er umulig at få i tale. Næsten hvert eneste afsnit i Food, Inc. slutter med en besked om, at den omtalte virksomhed ikke har ønsket I Grand Teatret i København vises ' Food, Inc.' også den 6.-12.

maj. Se doxbio. dk at lade sig interviewe. Det betyder, at filmen ikke kan undgå at blive en ensidig fortælling.

Men man får dog i det mindste indtrykket af, at holdet bag har gjort sit bedste med hensyn til research og dokumentation. Ikke desto mindre er det op til tilskueren selv at stille kritiske spørgsmål til filmens materiale - selv om det er fristende at sluge det hele råt; med fjer, knækkede knogler og alt hvad der ellers hører med til den industrialiserede fødevareindustri.

Filmens hovedpointe er, at det er op til forbrugeren, hvad der nu skal ske.

Tobaksindustrien bliver brugt som eksempel på, hvor stor en magt forbrugerne egentlig har - og det bliver samtidig pointeret, at salget af økologiske varer i USA stiger 20 procent årligt. Og mon ikke mange forbrugere vil tage dokumentarfilmen til sig? Mange af billederne taler for sig selv, og den efterlader ingen tvivl om, at problemstillingen er reel. Filmen er derfor en vigtig brik i en amerikansk bevægelse, som handler om, at forbrugerne har ret til at vide, hvad de **spiser** - og magt til at ændre det.

' Food, Inc.' har premiere i 34 biografer landet over i dag som en del af DOX BIO, der er en biografklub for dokumentarfilm.

I mange af biograferne inviterer man også til livedebat med bl. a.

filmens instruktør, Robert Kenner, og direktør for Landbrug & Fødevarer, Claus Søgaard Richter. Panelet sidder i Grand Teatret, men publikum rundt om i biograferne vil få mulighed for at stille spørgsmål i løbet af debatten.

MASK@INFORMATION.DK

Det er fristende at sluge det hele råt; med fjer, knækkede knogler og alt hvad der ellers hører med til den industrialiserede fødevareindustri ".

- Instruktør Robert Kenners beskrivelser af mafiatilstande på sojabønne markedet og de skjulte kameraoptagelser fra forholdene i de enorme slagtehaller gør ' Food, inc.' til en speciel og virkelig vigtig film. FOTO FRA FILMEN

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Laber mayonnaise

24. april 2010, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, KATRINE KLINKEN..., 748 ord, Id: e1fb96f9

Få styr på at lave den multibrugbare sauce mayonnaise Vær's'go' og spis.

Ordets oprindelse er uklart. Det kan være en forvanskning af moyeunaise afledt af det oldfranske ord for æggeblomme moyeu. Eller stamme fra navnet på den største by på Minorca, Mahón, hvor mayonnaise måske blev opfundet ved den franske erobring i 1756 - og deraf den spanske betegnelse mahonesa. Sauce mayonnaise er en cremet tyktflydende kold sovs af planteolie, der er emulgeret eller tyknet ved hjælp af æggeblommens lecithin. Lecithin er en meget effektiv emulgator, der både er en smule vandopløselig og en smule fedtopløselig. Derfor kan det i en blanding af olie og vand placere sig i grænsefladen mellem de to, hvorved fedet 'svæver' i vandet i små dråber. Æggeblomme kan binde 7-8 gange sin egen vægt af olie til en holdbar emulsion. Mayonnaise indeholder 80 procent planteolie. Derfor kan æggeblommen lave denne forbløffende cremede konsistens, som er en af mayonnaisens fortræffeligheder.



Blommen skal være frisk. Nogle bruger pasteuriserede æggeblommer, men de smager ikke så godt, men er salmonellafri.

Faktisk kan man røre mayonnaise på kogt findelt æggeblomme. Desuden skal bruges syre f. eks. citronsaft, vineddike og/ eller sennep. Olien udgør størstedelen af mayonnaisen og derfor er smagen af olien yderst vigtig. Smag altid på den inden - harske olier smager dårligt og gør mayonnaisen ubrugelig. Olivenolie, der er for bitter, kan evt. udgøre en del af mayonnaisen, men skal suppleres med neutralt smagende olie. Når mayo er blød og cremet rørt med velsmagende olie, er det mums. Mayo bruges mest i det kolde køkken og som dip til f. eks. pomfritter, til alle de kolde anretninger som kold fisk eller æg, i ægge-

hønse-og sommersalat, til dressinger til f. eks. coleslaw, som del af den amerikanske kærnemælksdressing og remouladesovs, som smørelse i sandwich og burgere, og på smørrebrød som f. eks. på sommerens gode kartoffelmadder og i kartoffelsalater.

Den kan krydres og smages til med en masse forskelligt. Med hvidløg bliver mayonnaisen til Aioli - perfekt til de nye sprøde grønsager, vi kan få lige om et øjeblik. Hakket ramsløg er også godt.

Mayonnaise på tube dur ikke. Det er et industrielt produkt med andre egenskaber, ofte syntetisk smagsprofil og en anden konsistens og farve. Selv om en hjemmerørt mayonnaise er tyk og stabil, så bliver den ikke som de små roser og striber på smørrebrød fra en tube.

Det er en spændende proces at røre en mayonnaise. Æggeblommen bliver langsomt tykkere, når olien tilsættes og mayonnaisen kan skille, hvis man rører olie i for hurtigt. Så må man begynde forfra med en frisk æggeblomme og genbruge den skilte mayo. Bliver den for tyk, fordi der tilsættes mere olie, end æggeblommen kan binde, vil mayo'en også skille. Man kan af og til redde den ved at piske den med et par dråber koldt vand.

Processen er ret temperaturfølsom, og det er bedst, hvis æggeblomme og olie har samme temperatur, når man går i gang. Det er faktisk lettere at lære at lave mayonnaise i en lidt større portion end angivet nedenfor - start med to eller tre æggeblommer. Når metoden er på plads, kan man lave en mindre portion.

Hjemmerørt mayonnaise - ca. 100 g

1 frisk æggeblomme Et drys groft salt 2 tsk. citronsaft eller god vineddike - den ene 1 tsk kan erstattes af dijonsennep 1 dl olie, evt. en blanding af olivenolie og neutralt smagende olie Friskkværnet peber Smagstilsætninger: friskhakkede krydderurter, chilipasta, knust hvidløg Rør æggeblommen godt med salt og tilsæt citronsaft eller eddike, evt.

sennep. Rør olie i dråbevist, indtil æggeblommen bliver tyktflydende. Rør derefter olien i - i en tynd stråle til mayonnaisen er cremet, og fortsæt, til den bliver tyk.

Hvis mayonnaisen skiller og bliver tynd, startes med en ny æggeblomme og den skilte mayonnaise røres i, som var det olie.

Smag mayonnaisen til med salt og peber og evt. andre smagstilsætninger.

Hjemmerørt mayonnaise kan holde sig et døgn i køleskab.

Spidskålssalat med asparges og kærnemælksdressing

1 spidskål 15-20 fine grønne asparges 3 spsk. god hjemmerørt mayonnaise 2-3 spsk gammeldags kærnemælk Salt og friskkværnet peber 2 spsk. fint klippet purløg Fjern de groveste yderblade på spidskålen. Skær igennem og skær stokken væk. Snit kålen i fine strimler.

Bræk den seje ende af aspargeserne.

Snit friske asparges i mindre stykker. Er aspargeserne og kålen friske, nydes de rå og ellers skal de dyppes i rigeligt kogende vand 1 minut.

Bland dressing af mayonnaise, og kærnemælk og smag til med salt, peber og purløg. Vend sammen med kål og asparges. Salaten er fint tilbehør til bagt fisk, grillet **kød** og kogt fjerkræ.

modernetider@information.dk

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.